Fasti d'autunno

Così come in natura l'autunno è la stagione forse più affascinante per cromie e fenomeni climatici, generosità di frutti e bellezza di atmosfere, in cucina è la stagione forse più ricca di sapori. Tra funghi e tartufi, zucca, cicoria, scarola, verze, patate e cavolfiori e tra castagne, cachi, uva, mele, pere, pompelmi e melagrane, per non parlare delle olive e del vino novello, le ricette si fanno quanto mai gustose. E difatti, è un inno ai prodotti di stagione lo strudel gastronomico in copertina, proposto da Monica Bianchessi con un ottimo impasto al grano saraceno, più sano e saporito. Tante idee di strudel salati le offre anche Cristina Lunardini (preposta, sul canale Alice tv, a stare sempre con "le mani in pasta"), ma anche gli sfizi di Mattia Poggi con le patate viola sono davvero irresistibili. E che dire del menu "fila e fondi"di Daniele Persegani, con la fontina protagonista di ricette succulente? Un autentico concentrato di ghiottoneria! Con le creme e le vellutate di Massimo Malantrucco il piacere si fa morbido e avvolgente, ma non meno gustoso il sapore, come pure nel caso delle ricette di pasta formato gramigna, con la forma di un ricciolo che cattura il condimento e non lo fa scappare più. Riguardo ai piaceri della carne, si celebra la straordinaria versatilità dello spezzatino, affogato in deliziosi sughi da scarpetta oppure abbinato a ortaggi e verdure che ne fanno un piatto unico e completo. Nel mese dedicato, non poteva mancare una bella, anzi buona, selezione di ricette "all'olio", elaborate con il tipo più adatto e secondo il territorio di provenienza.
Sorprendentemente golosi anche gli smoothies, grazie all'impiego di frutta fresca e secca e spezie regalati dall'autunno. Nella sezione dolci, grande ritorno delle seduzioni al cioccolato di Gianluca Aresu, che qui ha realizzato tre tipi di macarons da perdere letteralmente la testa. E dopo essersi fatti felicemente corrompere dalle sue "diaboliche" tentazioni, perdonatevi – o fatevi perdonare – con una angel cake alle nocciole di Giulia Steffanina. Gioite fra sacro e profano, insomma: gli opposti si attraggono, in fisica e spesso anche a tavola!

La Redazione

Foto di Marina Della Pasqua

MENU NOVEMBRE '15

LA NOSTRA CUCINA

COVER
Foto e styling di Elisa Andreini

*Nomi e indirizzi dei ristoranti e delle pasticcerie che hanno fornito le ricette pubblicate sono a pag. 188

184

LE RUBRICHE

I PROTAGONISTI DI QUESTO NUMERO
Monica Bianchessi PAG. 16
Daniele Persegani PAG. 26
Fabio Campoli PAG. 36
Cristina Lunardini PAG. 54
Mattia Poggi PAG. 66
Massimo Malantrucco PAG. 80
Maria Pia Timo PAG. 104
Massimo Piccheri PAG. 116
Gianluca e Cristiano Nosari PAG. 124
Michele Chinappi PAG. 146
Gianluca Aresu PAG. 166
Giulia Steffanina PAG. 174
Roxana Mara Liche PAG. 184
Susy Grossi PAG. 186

www.Alice.tv

LENTA COTTURA
SAN CARLO
ARRICCIATE E CROCCANTI
RINOMATA ROSTICCERIA SAN CARLO
1936
ANTICA RICETTA

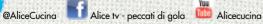
L'ITINERARIO

INDICE RICETTE A PAG. 12
INDIRIZZI UTILI A PAG. 188
INDICE ALFABETICO RICETTE A PAG. 189

SCOPRI LA VERSIONE **TABLET**

Scarica l'app gratuita di **Alice Cucina**: avrai la comodità di un magazine sempre a portata di mano e in più ricchi contenuti multimediali.

SEGUICI SU

 @AliceCucina Alice tv - peccati di gola Alicecucina

Alice Cucina e Alice Tv sono presenti su tutti i social network, segui gli aggiornamenti, le ricette, i protagonisti ai fornelli su Facebook, Twitter, Youtube e Pinterest, entra nella community delle nostre cucine postando le tue foto, commentando i piatti e suggerendo i tuoi ingredienti!

REDAZIONE
tel. +39 06.43.22.42.19 fax +39 06.43.22.47.14
DIRETTORE RESPONSABILE
Valter La Tona
VICEDIRETTORE
Giulia Macrì
CAPOREDATTORE
Francesco Monteforte Bianchi
REDAZIONE
Emanuela Bianconi
SEGRETERIA DI REDAZIONE
Luisa Sbroscia
GRAFICA
Francesca Ottaviano
Nicoletta Micheli, Alessia Carrozzi, Antonella Aravini
HANNO COLLABORATO
Alice Adams, Gianluca Aresu, Monica Bianchessi, Rosanna Bisi, Fabio Campoli, Michele Chinappi, Susy Grossi, Roxana Mara Liche, Cristina Lunardini, Massimo Malantrucco, Cristian Marasco, Giuseppe Nocca, Cristiano Nosari, Gianluca Nosari, Daniele Persegani, Massimo Piccheri, Mattia Poggi, Marco Rufini, Luisa Sbroscia, Maria Pia Timo
FOTO
Elisa Andreini, Serena Angelini, Antonella Aravini, Maricruz Avalos Flores, Raffaella Caucci, Silvia Censi, Claudia Cucinelli, Marina Della Pasqua, Marianna Franchi, Tania Mattiello, Massimiliano Rella, Sabrina Rossi, Marie Sjöberg, Rossella Venezia, Stefania Zecca

AL.MA MEDIA Srl
Viale Bruno Buozzi, 64 - 00197 Roma
tel. +39 06.43.22.41- fax +39 06.43.22.47.14

CONCESSIONARIA ESCLUSIVA
LT PUBBLICITÀ
Sede Milano - via Boccaccio, 4 - 20123 Milano
tel. +39 02.55.410.829 - fax +39 02.55.410.734
Sede Roma
tel. +39 06.43.224.436 - fax +39 06.43.224.757
DIREZIONE COMMERCIALE
Area Centri Media - Key Client
Luciano Pedrini

RESPONSABILE TESTATA
Raffaele Taliercio tel. +39 02.55.41.08.15

STAMPA
Grafica Veneta S.p.A.
via Malcanton, 2 - 35010 Trebaseleghe (Pd)
tel +39 049.9319911- fax +39 049.9385760
www.graficaveneta.com

DISTRIBUZIONE ITALIA
M-DIS Distribuzione Media spa
via Cazzaniga, 19 - 20132 Milano
tel. +39 02.25.821
DISTRIBUZIONE INTERNAZIONALE
JOHNSONS INTERNATIONAL NEWS ITALIA spa
via Valparaiso, 4 - 20144 Milano
tel. +39 02.43.98.22.63 - fax +39 02.43.91.64.30

Numero 11 - Anno VIII - Novembre 2015
Reg. Trib. Roma N° 305/2008 del 18 Settembre 2008

FINITO DI STAMPARE Ottobre 2015

SERVIZIO ABBONAMENTI E ARRETRATI
Informazioni: tel. 039 99.91.541- fax 039 99.91.551
Orari: 9-13 / 14-18 dal lunedì al venerdì

Alice
221
C'È UN'ISOLA IN MEZZO AL MARE
VENITECI A CERCARE
DIGITALE TERRESTRE
221
ALICE
222
MARCOPOLO

La ricetta del mese!

Sugo alle noci

Ingredienti (per 3-4 vasetti)

300 g di gherigli di noce già pelati
50 g di pinoli già pelati
50 g di parmigiano grattugiato
0,5 dl di panna
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Raccogliete i gherigli di noce e i pinoli nel bicchiere del mixer. Unite 2-3 cucchiai di olio e frullate. Aggiungete il parmigiano e la panna, e frullate ancora fino a ottenere una salsa cremosa. Al termine, regolate di sale.

2. Distribuite il sugo in vasetti di vetro sterilizzati, coprite con un filo di olio, chiudete ermeticamente e conservate in frigo per al massimo 2 settimane.

Foto di Tania Mattiello

ANTIPASTI E SFIZI

PRIMI

SECONDI CONTORNI E PIATTI UNICI

CONDIMENTI E CONSERVE

SMOOTHIES

PANE PIZZA TORTE RUSTICHE & CO.

DOLCI E DESSERT

Buon viaggio, anzi buonissimo!

SCOPRI SUBITO SE HAI VINTO UNO DEI 100 TROLLEY RONCATO

OGNI MESE IN PALIO 1 VOUCHER VIAGGIO DEL VALORE DI € 5.000

PARTECIPARE AL GRANDE CONCORSO È FACILE! ACQUISTA I PRODOTTI EXQUISA PROMOZIONATI*, CONSERVA GLI SCONTRINI E REGISTRATI SU CONCORSO.EXQUISA.IT O TELEFONA ALLO 055.73.42.077
Con 1 scontrino puoi vincere subito uno dei 100 Trolley Roncato in palio.
Con 2 scontrini diversi nello stesso mese, partecipi all'estrazione mensile* di 1 voucher viaggio da € 5.000.

*Concorso valido dal 01/09 al 30/11/2015. Montepremi € 21.344 (IVA inclusa). Regolamento ed elenco dei prodotti promozionati su concorso.exquisa.it.

il gusto di volersi bene. Dal 1969.

MAMMA LI TURCHI!

SI CHIAMA "GRANO" MA IN REALTÀ È UN SEME APPARTENENTE ALLA FAMIGLIA DELLE *POLIGONACEE* (LA STESSA DEL RABARBARO). È IL GRANO SARACENO, ARRIVATO IN ITALIA IN EPOCA MEDIEVALE GRAZIE AI MERCANTI MUSULMANI (I SARACENI, PER L'APPUNTO). QUI VIENE CUCINATO DALLA NOSTRA MONICA BIANCHESSI CHE, CON LA CONSUETA ORIGINALITÀ E FRESCHEZZA, LO ABBINA A INGREDIENTI DELLA TRADIZIONE ITALIANA

di **EMANUELA BIANCONI**; ricette di **MONICA BIANCHESSI**
foto e styling di **ELISA ANDREINI** (apertura e cover story) e **STEFANIA ZECCA** (ricette)

(pag. 18)

Lo strudel diventa salato con zucca e funghi

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di zucca mantovana già mondata
500 g di porcini
1 patata media
20 g di trito aromatico (prezzemolo, timo e maggiorana)
1 spicchio di aglio
200 g di asiago
20 g di semi di sesamo
50 g di burro fuso
olio extravergine di oliva
sale

per la pasta
250 g di farina 1 (più altra per spolverizzare)
75 g di farina di grano saraceno
110 g di burro fuso
2 uova
4 g di sale

Preparazione

1. Per la pasta: in una ciotola versate le farine e impastatele con il burro fuso, le uova, il sale e l'acqua tiepida necessaria a ottenere un composto morbido e ben amalgamato. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per 30 minuti.

2. Tagliate la zucca e la patata a fettine. Cuocete le verdure separatamente in padella con poca acqua e 2 cucchiai di olio fino a che si saranno ammorbidite. Nel frattempo pulite i funghi e tagliateli a lamelle spesse, quindi fateli saltare in padella a fuoco vivo con 2 cucchiai di olio, l'aglio schiacciato e un pizzico di sale. Insaporite con il trito aromatico, spegnete e lasciate intiepidire.

3. Trascorso il tempo di riposo, con un matterello stendete la pasta su un canovaccio ben infarinato e formate un rettangolo di circa 70x40 cm. Rifilate la pasta con una rotella in modo da ottenere un rettangolo regolare. Tenete da parte i ritagli che utilizzerete per la decorazione.

4. Sistemate le verdure a strati lungo il lato più lungo, formando un salsicciotto e cospargete con il formaggio grattugiato; con l'aiuto del canovaccio avvolgete la pasta dandole la forma a ferro di cavallo. Fate scivolare lo strudel su una teglia, foderata con carta forno.

5. Spennellate la superficie dello strudel con il burro fuso. Con i ritagli di pasta decorate la superficie formando un reticolo. Spennellate nuovamente con il burro e spolverizzate con i semi di sesamo; infornate a 180 °C e fate cuocere per 35 minuti. Levate, lasciate intiepidire e servite, tagliato a fette.

Torta salata al grano saraceno con porri e spinaci

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
125 g di farina 0
125 g di farina di grano saraceno
1 dl di acqua frizzante
4 cucchiai di olio extravergine di oliva
2 g di sale

per il ripieno
1 kg di porri piccoli
250 g di spinacini freschi
400 g di quartirolo
4 uova
250 ml di latte
2 cucchiai di pangrattato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta: in una planetaria mettete le farine con il sale, l'olio e l'acqua, e impastate fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Formate una palla, coprite con un canovaccio pulito e lasciate riposare per 30 minuti.

2. Per il ripieno: pulite i porri e tagliateli a fettine sottili, quindi fateli saltare in padella con 2 cucchiai di olio, 2 cucchiai di acqua e un pizzico di sale. In una ciotola sbattete leggermente le uova con il latte, il quartirolo sbriciolato e un pizzico di sale e di pepe. Unite gli spinacini e mescolate per bene.

3. Con il matterello stendete la pasta in un disco del diametro di 36 cm. Ungete una tortiera con un filo di olio e foderatela con la sfoglia, lasciandola sbordare. Cospargete il fondo con il pangrattato, versate il composto e ripiegate la pasta sopra il ripieno. Infornate a 180 °C per circa 1 ora. Sfornate, lasciate intiepidire e servite.

In libreria "I dolci fatti in casa": da Monica Bianchessi tante ricette facili e veloci per dolci supergolosi! (Sitcom Editore, 19,90 euro).

Torta salata al grano saraceno con porri e spinaci

Ravioli al grano saraceno ripieni di rape bianche

Ingredienti (per 4-6 persone)

100 g di farina 00
100 g di farina di grano saraceno
1 uovo; 70 ml di latte
1 cucchiaio di olio extravergine di oliva; 2 g di sale

per il ripieno

200 g di rape bianche; 2 scalogni
100 g di ricotta asciutta
erba cipollina; noce moscata
semi di papavero
ricotta affumicata; burro; sale

Preparazione

1. Per la pasta: in una planetaria lavorate le farine con l'uovo, il latte e l'olio; aggiungete il sale e, quando l'impasto sarà ben amalgamato, rovesciatelo su una spianatoia e lavoratelo con le mani. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare a temperatura ambiente per circa 1 ora.

2. Nel frattempo in una casseruola fate rosolare gli scalogni, tritati, con 30 g di burro; unite le rape, sbucciate e tagliate a dadini, bagnate con poca acqua, incoperchiate e lasciate stufare. Una volta cotte, raccoglietele in un mixer da cucina e frullate.

3. In una ciotola raccogliete le rape frullate e la ricotta, regolate di sale, aggiungete 1 pizzico di noce moscata e 1 cucchiaino di erba cipollina tritata, e amalgamate accuratamente. Stendete la pasta in una sfoglia sottile e, con l'aiuto di un coppapasta, ricavate tanti dischetti.

4. Distribuite il ripieno sui dischetti, ripiegate la pasta e chiudete i lembi pizzicandoli e formando delle creste. Lessate i ravioli in abbondante acqua salata, scolateli, conditeli con burro fuso, semi di papavero tostati e una grattugiata di ricotta affumicata, e servite.

Polpette al grano saraceno con verze

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di patate
300 g di grano saraceno
4 scalogni
4 foglie di verza
30 g di grana grattugiato
1 albume
farina di mais
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate le foglie di verza e privatele della costa centrale, quindi tritatele finemente. Lessate le patate, sbucciate e tagliate a dadini, in acqua bollente e salata. Lessate il grano saraceno in acqua bollente e salata. Scolate tutto e tenete da parte.

2. In una casseruola fare dorare gli scalogni, tritati, con 2 cucchiai di olio e 1 cucchiaio di acqua; unite la verza e lasciate insaporire per una decina di minuti.

3. In una terrina raccogliete le patate, schiacciate, con il grano saraceno; unite la verza con lo scalogno, il grana e l'albume, e mescolate per bene. Aggiustate di sale, quindi formate tante polpettine schiacciate. Passatele nella farina di mais e fatele dorare in una padella con un filo di olio a fuoco medio.

4. Quando saranno ben dorate, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente da cucina. Salate e servite le polpettine accompagnandole con un'insalatina di stagione.

Torta rustica al grano saraceno con confettura di mirtilli

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di burro
250 g di zucchero di canna fine
250 g di farina di grano saraceno
250 g di mandorle tritate finemente; 6 uova grandi
1 pizzico di sale; la scorza di 1/2 arancia grattugiata
400 g di confettura di mirtilli
latte; zucchero a velo

Preparazione

1. Lavorate il burro a pomata con lo zucchero fino a ottenere un composto gonfio e spumoso; aggiungete i tuorli, uno alla volta, e incorporate per bene. Miscelate la farina di grano saraceno, le mandorle tritate e la scorza dell'arancia. Unite i due composti e, se necessario, aggiungete un goccio di latte per ammorbidire l'impasto.

2. Montate gli albumi a neve con il pizzico di sale e incorporateli delicatamente al composto mescolando dal basso verso l'alto. Versate il composto in una tortiera, rivestita con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare, quindi sformate la torta e dividetela in due parti. Farcite con la confettura di mirtilli, richiudete e spolverizzate con lo zucchero a velo. Portate in tavola e servite.

Novembre

ALICE DAY BY DAY

DOM	LUN	MAR	MER	GIO	VEN	SAB
	2 Fuori piove? Niente di meglio, per coccolarsi, di una vellutata calda e fumante. Per prepararla ad hoc andate a pag. 94.	3	4 I primi freddi fanno venire voglia di caldarroste. Prima di cuocerle nell'apposita padella forata, ricordatevi di inciderle sulla parte bombata!	5	6	7 Torna come ogni anno a Bardolino (Vi), la festa del bardolino novello, il primo novello a ottenere la doc nel 1987.
8	9		11 È l'estate di San Martino, che dura "tre giorni e un pochino"! Che ne dite di festeggiare la "bella stagione" con dei golosi macarons? Li trovate a pag. 166.	12	13 Per un party indimenticabile… ricevete gli amici cucinando tutti insieme! A pag. 80 la ricette e i consigli giusti!	
15		17 Con le patate non si sbaglia mai. Con le vitelotte, ancora meno. Provare per credere. Le ricette giuste sono a pag. 66.	18	19	20 Lo sanno tutti che le mele sono buone e fanno bene. Provatele cotte al forno con un pizzico di cannella, per scaldare le vostre serate novembrine.	
22	23	24 Novembre è il mese dell'olio nuovo! Per assaporare in pieno il sapore leggermente piccante dell'olio appena franto, niente di meglio che una bruschetta!	25	26		28 Un pranzo della domenica che si rispetti non può prescindere da un arrosto goloso. Come quello di pag. 32 firmato Daniele Persegani
29	30 Un'idea per una pizza insolita, ma golosa, adatta alla stagione? Che ne dite di una pizza al gorgonzola, porcini, tartufo e polenta? La trovate a pag. 138.		2	3	4	5

FILA e FONDI

OTTENUTA DALLA LAVORAZIONE DI LATTE INTERO BOVINO, LA FONTINA È UN FORMAGGIO DA TAVOLA A PASTA SEMICOTTA, PRESSATA ED ELASTICA (PIÙ BURROSA NELLA PRODUZIONE ESTIVA). DOLCE, AROMATICA E FONDENTE IN BOCCA, VIENE ESALTATA NELLE RICETTE "FILA E FONDI" DI DANIELE PERSEGANI

di EMANUELA BIANCONI; ricette di DANIELE PERSEGANI - foto di MARIE SJÖBERG

Piccoli babà fondenti

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di farina 00
300 ml di latte
25 g di lievito di birra
80 ml di olio di semi
4 uova
1 cucchiaio raso di sale
50 g di parmigiano grattugiato
150 g di prosciutto cotto alle erbe (in una fetta unica)
300 g di fontina
1 pizzico di pepe

Preparazione

1. Preparate l'impasto unendo tutti gli ingredienti tranne la fontina e il prosciutto. Lavorate bene, incorporate la fontina e il prosciutto, tagliati a dadini, e amalgamate ancora fino a ottenere un composto sodo e omogeneo.

2. Distribuite il composto negli stampini per babà e lasciate lievitare per almeno 1 ora e mezza. Infornate a 170 °C e fate cuocere per circa 25 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e servite leggermente tiepidi.

ANTIPASTO

SCUOLA DI CUCINA

Tortino di verze e fontina

Ingredienti (per 4 persone)

3 uova; 1/2 l di latte
175 g di farina; burro

per il ripieno

1 verza; 1/2 l di latte; 50 g di burro
40 g di farina; 200 g di fontina
200 g di pancetta; 1 tuorlo
sale e pepe

vi serve inoltre

burro

ALICE TV

Franca Rizzi e Daniele Pesegani sono in onda con il programma "CASA ALICE" tutti i giorni alle 18.30, su Alice tv.

Preparazione

1. Preparate le crêpes: setacciate la farina in una ciotola, versate il latte e amalgamate. Raccogliete le uova in un'altra ciotola, sbattetele con una frusta e incorporatele poco a poco al composto di farina e latte. Unite una noce di burro fuso e amalgamate. Coprite la pastella e lasciatela riposare per un paio di ore. Ungete una padella con una noce di burro e cuocete le crêpes fino a esaurimento della pastella.

2. In una casseruola fate sciogliere il burro, unite la farina e fate tostare; versate il latte bollente, salate, pepate e fate cuocere fino ad addensamento. Incorporate il tuorlo e mescolate ancora. Sfogliate la verza senza rompere le foglie e sciacquatele; lessatele in acqua bollente, quindi scolatele e asciugatele con un canovaccio. Foderate una tortiera con carta forno, bagnata e strizzata, e disponete le foglie di verza in modo da farle sbordare.

3. Mettete una crêpe e velate con un po' di besciamella; cospargete con la fontina a dadini e la pancetta, tagliata a listerelle e fatta rosolare in padella. Ripetete la sequenza degli strati fino a esaurimento degli ingredienti.

4. Chiudete il tortino ripiegando le foglie. Ungete con un po' di burro e infornate a 170 °C per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate intiepidire, quindi tagliate a fette e servite.a ottenere una salsina omogenea. Tagliate la carne a fette e servite con la salsa.

PRIMI

Lasagne alle noci e fontina

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
300 g di farina
3 uova
1 cucchiaino di olio di semi; sale

per la besciamella
1/2 l di latte; 50 g di burro
25 g di farina; sale e pepe

per il condimento
300 g di gherigli di noce
200 g di fontina; 1 spicchio di aglio; pangrattato; burro

Preparazione

1. Per la pasta: fate la classica fontana con la farina, unite al centro le uova e l'olio, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite con un canovaccio pulito e lasciate riposare per mezz'ora. Stendete la pasta in una sfoglia sottile e ricavate tante lasagne. Lessatele in acqua bollente e salata, quindi scolatele e asciugatele con un canovaccio.

2. Per la besciamella: in una casseruola fate sciogliere il burro, unite la farina e fate tostare; versate il latte bollente, salate, pepate e fate cuocere fino a ottenere una besciamella densa. In una padella fate soffriggere l'aglio con una noce di burro; unite i gherigli di noce e 1 cucchiaio di pangrattato, e fate rosolare. Frullate il tutto fino a ottenere una crema. Incorporate infine la besciamella.

3. Velate una pirofila da forno con un po' di besciamella e disponete sopra uno strato di pasta. Cospargete con altra besciamella e la fontina, tagliata a fette. Proseguite a realizzare gli strati fino a esaurimento degli ingredienti e terminando con la besciamella e qualche fiocchetto di burro. Infornate a 180 °C per circa 25 minuti, o comunque fino a doratura. Levate e servite.

Orecchiette con fontina ed erbe aromatiche

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di orecchiette fresche
150 g di erbette fresche miste
1 spicchio di aglio
40 g di burro
150 g di fontina
1 mazzetto di salvia
2 rametti di timo
sale

Preparazione

1. Lavate le erbette e spezzettatele grossolanamente. Lessate le orecchiette in acqua bollente e leggermente salata, e gli ultimi 5 minuti unite le erbette. Nel frattempo in una padella fate soffriggere l'aglio con il burro, la salvia e il timo.

2. Trascorso il tempo di cottura, scolate le orecchiette e le erbette in una zuppiera e cospargete con la fontina, grattugiata a julienne. Versate sopra il burro aromatizzato spumeggiante, mescolate e servite subito.

Con Daniele Persegani e il suo "L'occasione fa lo chef"... tutti possiamo diventare chef provetti! Nelle migliori librerie (LT Editore,19,90 euro).

SCUOLA DI CUCINA

Ingredienti (per 4 persone)

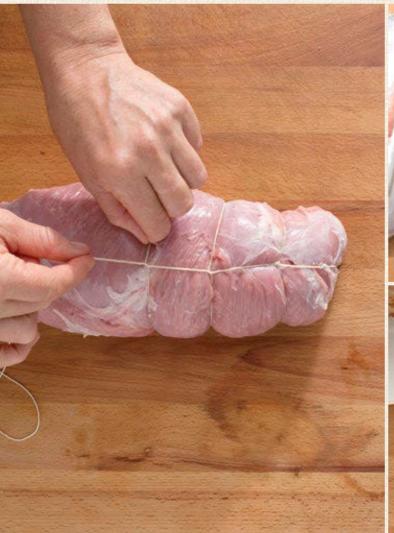
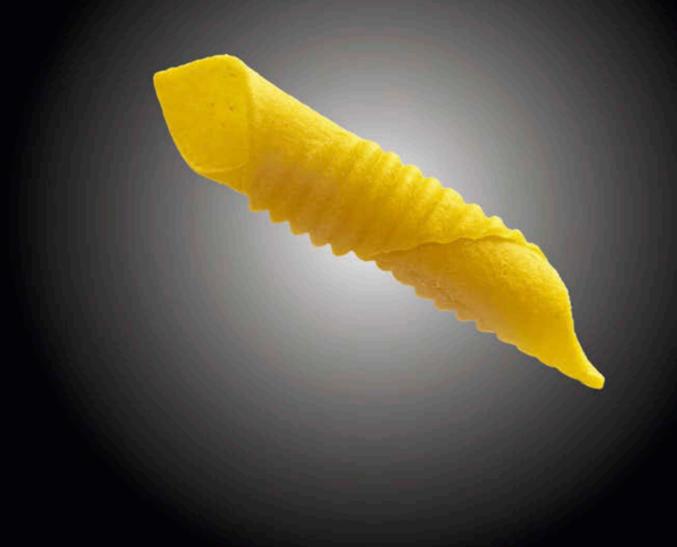
1 kg di carne di vitello in una fetta unica (spalla o pancia)
200 g di prosciutto di Praga a fette
100 g di speck a fette
300 g di fontina; 2 carote; 2 porri
1 costa di sedano
1 bicchiere di vino bianco secco
1 cucchiaio di bacche di ginepro
1 mazzetto aromatico misto (rosmarino, salvia, timo e alloro)
burro; olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Stendete la carne su un tagliere, salate, pepate e coprite con il prosciutto e lo speck disponendoli a fette nel senso della lunghezza. Aggiungete la fontina, tagliata a bastoncini, e arrotolate dal lato corto.

2. Legate il rotolo con spago da cucina. Mondate gli odori e tagliateli a tocchetti. Disponete la carne in una pirofila e unite una noce di burro e un filo di olio; aggiungete gli odori, il mazzetto aromatico e le bacche di ginepro. Salate, pepate e fate rosolare in forno a 190 °C per qualche minuto, girando l'arrosto di tanto in tanto.

3. Bagnate la carne con un goccio di vino, coprite con un foglio di carta alluminio e fate cuocere per circa 1 ora e mezza, bagnando di tanto in tanto con il vino restante e con il fondo di cottura.

4. Una volta a cottura, levate l'arrosto, eliminate il mazzetto aromatico e tenete da parte. Frullate il fondo di cottura fino a ottenere una salsina omogenea. Tagliate la carne a fette e servite con la salsa ottenuta.

CONTORNO

Patate ripiene alla fontina tartufata

Ingredienti (per 4 persone)

8 patate di medie dimensioni
150 g di fontina
50 g di crema di tartufo
burro
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate accuratamente le patate e lessatele con tutta la buccia in acqua bollente e salata; una volta cotte, tagliatele a metà e con un cucchiaio scavate leggermente l'interno. Farcite con la fontina, tagliata a dadini, un cucchiaino di crema di tartufo e una noce di burro.

2. Salate, pepate e ricomponete le patate. Avvolgetele con la carta alluminio e trasferitele in una teglia; infornate a 190 °C e fate cuocere per 15 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate, eliminate la carta e servite ben calde.

NOVEMBRE A MODO MIO

VOLETE PREPARARE UN MENU GOLOSO E ISPIRATO AI SAPORI NOVEMBRINI? LASCIATEVI CONQUISTARE DALLO CHEF FABIO CAMPOLI CHE, IMPIEGANDO AROMI E ORTAGGI DI STAGIONE, E ANCORA LEGUMI, CARNI BIANCHE E SPEZIE, REALIZZA PIATTI SEMPLICI E AL TEMPO STESSO DAI SAPORI SUBLIMI

a cura della redazione; ricette di FABIO CAMPOLI; foto di ANTONELLA ARAVINI

Minestra alla CiCa

Ingredienti (per 4 persone)

150 g di cicerchie
200 g di odori (sedano, carote e cipolle)
250 g di cavolfiore
150 g di patate
40 g di cipolla
40 g di lardo a fettine
1 rametto di salvia
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lavate le cicerchie e raccoglietele in una pentola con 3 l di acqua fredda e gli aromi. Mettete sul fuoco e fatele cuocere a fiamma bassa finché saranno tenere. A fine cottura, regolate di sale e lasciatele riposare nella loro acqua per circa 3 ore.

2. Lavate il cavolfiore e ricavate le cimette, quindi fatele sbollentare in acqua salata per 3 minuti, scolatele e tenetele da parte. In una pentola fate rosolare la cipolla tritata e le patate a cubetti con un filo di olio; versate 1 l di acqua e fate prendere il bollore, quindi unite le cicerchie, ben scolate, le cimette sbollentate e proseguite la cottura per circa mezz'ora. Regolate infine di sale. Spegnete e fate riposare per circa 1 ora.

3. Preparate un battuto di lardo e salvia, e fatelo rosolare in un pentolino finché il grasso del lardo si sarà sciolto e la salvia risulterà leggermente croccante. Distribuite la minestra di cicerchie nelle fondine individuali, cospargete con un cucchiaio di battuto e una macinata di pepe, e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Pollo in tasca

Ingredienti (per 4 persone)

1 petto di pollo da 400 g
150 g di macinato di maiale
500 g di patate
40 g di olive nere
80 g di carote già lessate
80 g di piselli già sbollentati
6 fette di lardo
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva
sale

1

APRITE LA CARNE A LIBRO

Tagliate a metà il petto di pollo intero e con l'aiuto di un coltello ben affilato apritelo a mo' di libro. Salatelo leggermente.

2

PREPARATE IL RIPIENO

In una ciotola raccogliete il macinato, le olive, snocciolate e sminuzzate, i piselli e le carote; profumate con il prezzemolo tritato, regolate di sale e mescolate accuratamente.

3

FARCITELA

Stendete le fette di lardo su un foglio di carta forno, accavallandole leggermente. Adagiate sopra il petto di pollo e disponete al centro il ripieno, avendo cura di lasciare liberi i bordi. Aiutandovi con la carta forno, arrotolate la carne su se stessa avendo cura di stringere l'involtino sia al centro sia ai lati.

4

LEGATE E CUOCETE

Legate il rotolo con lo spago da cucina, trasferitelo in una teglia da forno e infornate a 145 °C per circa 35 minuti. Tagliate le patate a fettine sottili e sbollentatele per 2 minuti in acqua bollente e salata. Scolatele e trasferitele in una placca con un filo di olio. Regolate di sale e infornate finché saranno croccanti. Servite la tasca scaloppata accompagnata dalle patate croccanti.

Diplomatico della Compagnia delle Indie

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di pasta sfoglia
200 g di pan di Spagna
1 dl di orzata
50 g di granella di pistacchi
sciroppo di zucchero

per la crema di semolino

1/2 l di latte
3 semi di cardamomo
4 tuorli
110 g di zucchero
50 g di semolino

Preparazione

1. Stendete la pasta sfoglia a uno spessore di circa 1/2 cm; disponetela in una teglia, foderata con carta forno, e foratela leggermente. Infornate a 175 °C per 10 minuti, quindi abbassate la temperatura a 150 °C e fate cuocere per altri 5 minuti. Levate, spennellate con lo sciroppo di zucchero bollente e spolverizzate con la granella di pistacchi.

2. Per la crema: aprite il cardamomo, estraete i semi e metteteli a bagno nel latte. Versatelo in un pentolino e fatelo scaldare. In una ciotola lavorate i tuorli con lo zucchero, unite il semolino e mescolate. Filtrate il latte caldo e stemperatelo nel composto di uova e semolino, un po' per volta. Rimettete il composto sul fuoco, portate a bollore e fate cuocere per 10 minuti. Togliete dal fuoco, versate in una ciotola fredda, coprite con pellicola a contatto e tenete da parte.

3. Diluite l'orzata con un po' di acqua. Pareggiate il pan di Spagna, tagliatelo a metà e ricavatene due quadrati. Componete il dolce seguendo il seguente ordine: mettete sul fondo la pasta sfoglia, cospargete con la crema e disponete sopra il quadrato di pan di Spagna, bagnato con l'orzata.

4. Versate un altro strato di crema e coprite con la sfoglia. Pressate leggermente la torta per compattarla e lasciatela riposare in frigorifero. Con il coltello a sega tagliatela a cubotti e servite.

L'ORTAGGIO DI **NOVEMBRE**

il SEDANO

(Apium graveolens)

Fa bene perché...

Ricco di fibre e di vitamina C, di sali minerali e di sostanze antiossidanti, è efficace, diuretico, stimolante, tonificante e antinvecchiamento.

Coltiviamolo così

Se sapesse il valore del sedano, ne riempirebbe il contadino l'intero giardino. In vaso o nell'orto, il sedano richiede terra o terriccio a medio impasto, fertile e drenato. In attesa del raccolto - dopo 100 giorni dalla semina - bisogna provvedere a regolari annaffiature e concimazioni.

• **La semina**

Si interrano i semi a 1 cm, in Luna crescente a fine inverno in semenzaio, oppure in piena terra a primavera. Dopo 15 giorni si avranno le prime piantine da trapiantare quando sono alte 15 cm. Anche per il sedano in vaso si può fare la rincalzatura - a due settimane dalla raccolta - per l'imbianchimento: copertura della base e di parte del fusto con la terra.

• **Raccolta e conservazione**

Si raccoglie l'intera pianta, in Luna crescente, ma di alcune varietà si possono raccogliere scalarmente le foglie, tagliandole alla base. Il sedano a coste si consuma fresco, crudo o cotto. In frigorifero si conserva per una settimana nel sacchetto di carta o in un panno umido.

Curiosario

Nell'antichità i Romani si cingevano il capo di sedano contro l'ebbrezza. Noi non lo facciamo più, ma continuiamo a mangiarlo crudo a inizio pasto con il classico pinzimonio.

> "Chi non semina non raccoglie."

Nel cestino del mese

• **Ortaggi:** bietole, cardi, carote, cavolfiori, cavolini di Bruxelles, cavoli broccolo, cavolo cappuccio, cavolo verza, cicorie, cipolle, fagioli, finocchi, indivie, lattughe, pomodorini, porri, radicchi rossi, rape, ravanelli, sedano, spinaci, valerianella, zucche.

• **Frutta:** arance, bergamotto, cachi, cedri, castagne, cotogne, kiwi, limoni, clementine, mandarini, mele, nocciole, pere, pompelmi.

• **Aromi:** crescione, maggiorana, prezzemolo, rosmarino, salvia.

La dispensa

Confettura di sedano

Mondate e tagliate a pezzetti piccoli un kg di coste di sedano scuro. Cuocete in una pentola con tre dita d'acqua, a fuoco basso per mezz'ora, fino a quando non sono morbidi. Sgocciolateli, metteteli in una casseruola con 500 g di zucchero e il succo di 2 limoni. Fate addensare girando spesso, invasate e sterilizzate per mezz'ora. La confettura si usa per i bolliti, squisita con il cappone natalizio, ma è ottima anche per crostate dal sapore insolito o spalmata sul pane.

ALMANACCO Barbanera nel 1847

I Mori Gelsi si trapiantano in Ottobre o Novembre in terreno grasso, leggero e asciutto, e in sito caldo esposto a levante o a mezzodì riparato dalla tramontana, e alla distanza fra loro di 15, o 20 piedi.

Tradizione e segreti

Ecologicamente creativi

Trasformare i mobili è una buona idea per almeno quattro motivi: si risparmia, rende creativi, realizza pezzi unici ed è, come ogni riciclo, ecologico. Pronti allora ad accorciare o allungare le gambe, cambiare le maniglie, intervenire sulle superfici colorandole o ricoprendole con stoffa o carta da parati o conchiglie, perline... La vecchia credenza è rovinata? Un nuovo colore opaco di moda come grigio, nero, giallo o rosa fucsia avrà un "sapore" di design. Il piano del tavolo è segnato? Si ricopre di piastrelle artigianali. E se è l'armadio ad averci stancato, si fa "sparire" applicandovi degli specchi. Per rinverdire i mobili una tecnica semplice è il decoupage: ritagliare delle immagini, incollarle sul mobile e passarvi sopra una vernice protettiva. Facile anche l'applicazione di sticker, la versione design delle decalcomanie di una volta.

POSTA LA RICETTA
GRANDI
CLASSICI
della
TRADIZIONE
a cura della redazione - foto di SABRINA ROSSI
Ogni regione, territorio, località, addirittura ogni famiglia ha i suoi piatti tradizionali e i suoi prodotti più tipici. In occasione di Expo 2015, in collaborazione con **Poste Italiane**, presentiamo un giro d'Italia alla scoperta dei grandi classici della nostra cucina.
Per contribuire a comporre il più completo ricettario della tradizione italiana, postate le vostre ricette su
WWW.POSTALARICETTA.TV
Potreste diventare protagonisti in tv su **ALICE 221** e vedere le vostre ricette raccolte in un libro firmato Alice Cucina.

Frico

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di montasio
4 patate grandi
1 cipolla
150 g di pancetta affumicata
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate a dadini la pancetta e tritate finemente la cipolla; raccoglieteli in una casseruola e fateli rosolare con un filo di olio. Unite le patate, sbucciate e tagliate a tocchetti, salate, pepate, coprite con un mestolo di acqua e fate cuocere per circa mezz'ora.

2. Trascorso il tempo di cottura, aggiungete il montasio, tagliato a fettine, e amalgamate per bene fino a ottenere un impasto omogeneo. Trasferite il composto in una padella antiaderente ben calda e fate cuocere da entrambi i lati, fino a ottenere una crosticina dorata. Tagliate a fette e servite.

Ribollita toscana

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di fagioli secchi
1 cipolla
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
200 g di cavolo nero
300 g di bieta
2 carote
1 costa di sedano
8 fette di pane senza sale raffermo
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mettete i fagioli in ammollo in acqua fredda per 12 ore; trascorso il tempo di ammollo, scolateli, sciacquateli e lessateli in acqua bollente e salata. Una volta cotti, riducetene due terzi in purea.

2. In una casseruola fate appassire la cipolla tritata con un filo abbondante di olio; aggiungete il concentrato di pomodoro, le verdure, mondate e tritate grossolanamente, i fagioli ridotti in purea e quelli interi. Aggiustate di sale e fate cuocere per almeno 2 ore a fuoco lento. Spegnete e fate riposare per 6 ore.

3. Trasferite il composto in una casseruola, aggiungete le fette di pane raffermo e fate cuocere per circa 1 ora, mescolando di tanto, fino a ottenere la giusta consistenza. Impiattate e servite.

Pasta e fagioli

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di fagioli borlotti freschi
150 g di maltagliati
1 patata
2 pomodori pelati
1/2 cipolla
1 costa di sedano
1 carota
2 fette di pancetta
1 peperoncino
1/2 bicchiere di vino bianco secco
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lessate i fagioli in acqua bollente e salata, quindi scolateli al dente tenendo da parte l'acqua di cottura. In una casseruola fate appassire la cipolla tritata con un filo di olio; aggiungete la pancetta, tagliata a dadini, e il peperoncino.

2. Unite il sedano e la carota, mondati e tritati finemente, e la patata, sbucciata e tagliata a cubetti; sfumate con il vino e fate cuocere bagnando di tanto in tanto con l'acqua di cottura dei fagioli.

3. Una volta cotte le patate, aggiungete un terzo dei fagioli e i pomodori pelati, quindi fate cuocere per altri 2 minuti. Frullate il tutto, fino a ottenere una crema densa e omogenea (potete eventualmente allungarla con altra acqua di cottura dei fagioli). Mescolate, completate con il resto dei fagioli e proseguite la cottura.

4. Quando la minestra arriverà al bollore, unite i maltagliati e fate cuocere per circa 5 minuti. Regolate di sale, impiattate, condite con un filo di olio a crudo e servite.

Gulasch alla goriziana

Ingredienti (per 5-6 persone)

1 kg di muscolo di manzo
1 kg di cipolle
1 cucchiaio di farina 00
2-3 bicchieri di brodo di carne (o acqua calda)
200 g di passata di pomodoro
2 foglie di alloro
paprica dolce o piccante in polvere
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate e affettate le cipolle, quindi raccoglietele in una casseruola, unite 2-3 cucchiai di olio e fatele rosolare per 5-10 minuti a fiamma, mescolando spesso e facendo attenzione a non farle attaccare.

2. Tagliate a tocchetti la carne e passateli nella farina, miscelata con un po' di paprica. Unite la carne alle cipolle, alzate la fiamma e fate rosolare per circa 5 minuti, mescolando di tanto in tanto. Una volta rosolata la carne, salate, pepate, aggiungete l'alloro e coprite il tutto con il brodo caldo e la passata di pomodoro.

3. Fate cuocere per circa 3 ore su fiamma bassa, mantenendo la pentola semicoperta e mescolando di tanto in tanto (se necessario, bagnate con altro brodo). A fine cottura, la carne deve risultare morbida. Impiattate e servite.

TRA PARENTESI
Si consiglia di servire il gulasch il giorno successivo e di accompagnarlo con gnocchi di pane o polenta..

Cassoeula

Ingredienti (per 4 persone)

20 costine di maiale
8 verzini
2 piedini di maiale divisi in quattro
2 musetti di maiale
2 codini di maiale
250 g di cotenne di maiale
1 cespo di verza
2 carote; 1 costa di sedano
1 cipolla; 2 foglie di alloro
vino bianco; brodo
salsa di pomodoro
concentrato di pomodoro
olio extravergine; sale

Preparazione

1. Pulite e sciacquate accuratamente le cotenne, i piedini, i musetti e i codini, quindi lessateli in acqua bollente per circa un'ora e mezza. Cuocete in forno le costine e i verzini, eliminate il grasso di cottura e tenete da parte.

2. Lavate la verza, separate le foglie esterne più dure e sbollentate quelle più tenere in acqua leggermente salata. Scolatele e mettetele da parte. In una casseruola fate appassire gli odori, mondati e tritati, con un filo di olio e l'alloro.

3. Aggiungete le cotenne, i musetti, i piedini e i codini, e fate insaporire. Unite le costine e i verzini, bagnate con un goccio di vino bianco e versate un cucchiaio di concentrato, diluito in un po' di salsa di pomodoro. Aggiungete le foglie di verza più dure, coprite con il brodo e infornate a 250 °C per circa un'ora e mezza (bagnate di tanto in tanto con altro brodo).

4. Completate con la verza più tenera e proseguite la cottura per altri 15 minuti. Spegnete e lasciate riposare in forno caldo. Servite accompagnando il tutto con la polenta tagliata a fettine.

TRA PARENTESI
Si consiglia di servire la cassoeula il giorno successivo.

Panna cotta

Ingredienti (per 6 persone)

350 g di panna
100 g di latte
100 g di zucchero
1 bacca di vaniglia
3 fogli di gelatina alimentare

per la decorazione
frutta fresca a fettine (fragole e kiwi)

Preparazione

1. In una casseruola raccogliete la panna, il latte, lo zucchero e la bacca di vaniglia, incisa a metà nel senso della lunghezza. Mettete sul fuoco e portate a bollore.

2. Appena il composto arriverà al bollore, incorporate i fogli di gelatina, precedentemente ammollati in acqua e ben strizzati. Mescolate, distribuite negli stampini e trasferite in frigorifero per almeno 6 ore.

3. Al momento di servire, sformate la panna cotta, guarnite con la frutta fresca e portate in tavola.

LE VOSTRE RICETTE LE VOSTRE *STORIE*

UNA RICETTA UNA STORIA. QUI NE SEGNALIAMO SEI.
VOLETE PREPARARLE? LE TROVATE SU WWW.POSTALARICETTA.TV

Pasta e patate in tortiera

CAMPANIA
Lucia Senatore (SA)

Antica ricetta della mia città, Cava de' Tirreni, rivisitata nel corso degli anni dalla mia mamma e poi da me. In origine, infatti, gli ingredienti di questa ricetta, compresa la pasta, venivano messi a strati e cotti insieme, da qui il nome "in tortiera".

Polpette alle cime di rapa

LAZIO
Alessandra De Santis (RM)

Da bambina non mangiavo nessun tipo di verdura e la mia mamma per farmele mangiare faceva polpette di verdura camuffandole con il pane o le patate. Il sapore era buonissimo anche perché sentivo il parmigiano ed è così che ho iniziato a mangiare le verdure. Ancora la ringrazio per averemi spinto con tenacia a farmele assaggiare e ora io seguito a farle ma aggiungendo anche il pecorino.

Manzo all'olio ovvero Manzo di Rovato

LOMBARDIA
Claudio Primerano (RM)

La ricetta prende il nome dalla cittadina di Rovato (Bs) dove si tiene ancora un importante mercato zootecnico. Di questa ricetta ne esistono molte varianti nella estesa provincia bresciana; io qui illustro quella che viene elaborata a partire dalla preparazione base della nonna. Si tratta di uno stufato molto sapido da servire preferibilmente con la polenta, che è l'elemento di aggregazione delle famiglie della pianura, come delle valli. Se la festa è grande questo è il centro del menu. Le dosi sono per circa quattro persone.

Pan dolce alle sorbe

ABRUZZO
Antonella Santilli (CH)

L'albero delle sorbe un tempo era molto diffuso in Abruzzo, nella mia zona c'è persino un Monte che porta il suo nome. I suoi piccoli frutti di colore rosso-giallo vivo venivano raccolti e posti a maturare in ceste o in scenografiche ghirlande. Si consumavano e utilizzavano durante l'inverno per arricchire gli impasti lievitati, o quando semplicemente si aveva voglia di qualcosa di dolce.

Pici al ragù di anatra

TOSCANA
Josephine Guerriero (LI)

I pici al ragù di anatra sono un piatto per eccellenza tipico della Toscana, in modo particolare della provincia di Siena. Frutto di semplicità e tradizione, si tratta di una preparazione povera della cucina contadina. I pici sono un formato di pasta che un tempo veniva confezionato con acqua, farina, un cucchiaio di olio extravergine di oliva e un pizzico di sale, e tirato a mano. Più recentemente l'impasto è stato arricchito con l'aggiunta di uova (almeno un uovo ogni quattro porzioni); anche se la ricetta originale, come detto, non lo prevedeva.

Rape e salsiccia

CALABRIA
Angelo Calabretta (KR)

Un secondo di carne completato da un contorno molto diffuso in Calabria. Semplice e gustoso, viene realizzato con ingredienti che per noi calabresi rimandano immediatamente al periodo natalizio. Allo stesso tempo i profumi sprigionati da questa portata rievocano per molti di noi ricordi cari e affetti familiari.

FIERA DEL TARTUFO DI ACQUALAGNA

A partire da **domenica 25 ottobre**, per quattro weekend fino alla metà di novembre, **Acqualagna** (PU) diventa la capitale mondiale del tartufo con la 50^ edizione della **Fiera Nazionale del Tartufo Bianco Pregiato**. In programma: mostra mercato, cooking show con chef stellati, esibizioni, sfide tra vip in cucina, spettacoli e degustazioni, percorsi, laboratori didattici e creativi per adulti e bambini. A inaugurare un ospite d'eccezione: il Maestro della cucina italiana Gualtiero Marchesi. **www.acqualagna.com**

ROMANA VERACE

Siete amanti della cucina romanesca? Nei pressi degli scavi di Ostia Antica, c'è la "**Sora Margherita al Borghetto**", delizioso ristorante caratteristico situato nel borgo. Nel menu: fettuccine, fatte a mano, abbacchio, coratella, trippa, carciofi alla giudia, carbonara, amatriciana e molto altro ancora.
www.soramargherita.com

L'OLIMPO DEI SAPORI

Dal miglior Sforzato alla Bresaola valtellinese, dallo *Strachitunt* al *Bagòss*, dal Caviale (eh, sì!) al taleggio dop... saranno tutti da degustare a Bergamo, dal 28 al 30 novembre a GourmArte, grande kermesse enogastronomica con il top dei prodotti tipici lombardi. Una bella occasione anche per conoscere direttamente i produttori, per sedersi alla tavola di cuochi di grosso calibro e per acquistare nel nuovo food shop.

SALUMI... IN CANTINA

In una delle migliori cantine di Sagrantino, la Antonelli San Marco, a Montefalco (Perugia), visitabile e "degustabile" tutto l'anno, una novità invita a mettere in agenda una gita dedicata (c'è anche un bell'agriturismo per l'ospitalità e una scuola di cucina, attive su prenotazione): l'ormai prossima produzione propria di salumi, ottenuti da carni di suini allevati in stato semibrado nella tenuta Antonelli, vicino al bosco del Macchione. Con gli eccellenti vini della casa (in foto, l'attore James Cromwell con il produttore Filippo Antonelli) una piccola produzione di paste artigianali, legumi biologici e, presto, anche i salumi, non dimenticate di munirvi di sporta della spesa: per coronare la visita e portare a casa qualche "souvenir"(per info e prenotazioni: www.antonellisanmarco.it). G.M.

MAGIA IN COLLINA

Al Casale del Mare, un angolo di paradiso sulla collina che domina l'amena baia di Castiglioncello, vicino Livorno, far "mangiare, bere, dormire" non è semplicemente un esercizio turistico-commerciale. Messi a dimora 7 ettari di vigneto e 5 di ulivi (con sistema idrico ed energetico di acque riciclabili), ad opera del vulcanico patron Fulvio Martini, l'azienda Agrilandia ha ridato vita a un'antica fattoria che sorgeva in posizione spettacolare sull'altopiano delle Spianate di Castiglioncello. Mirabilmente restaurato il vecchio casale rustico e portata a regime la produzione di vini, grappe e olio, oggi la struttura offre al viaggiatore gourmet un relais di campagna di raffinato gusto contemporaneo per relax di qualità (con piscina, maneggio e sentieri ciclabili) e ristorante di eccellente livello, dove testare la cucina del giovane talentuoso Marco Parrillo – campano di origine e toscano d'adozione – e la pregiata gamma a etichetta Fortulla di vini della casa. Accompagnati da un Fortulla rosé (cabernet franc e sauvignon), o da un rosso di Toscana igt Sorpasso (affinato in barriques), godetevi le triglie o il baccalà alla livornese rivisitati ad arte, lo gnocco su crema di cavolo nero o il coniglio; e lasciate spazio per i dolci, possibilmente al cioccolato, sale e olio, altro pezzo forte dello chef: l'esperienza del gusto è pari alla vista. Straordinaria. (G.M.)

STRUDEL CHE NON SEI ALTRO

LO STRUDEL – PAROLA DI ORIGINE TEDESCA CHE SIGNIFICA "VORTICE" – È LA CLASSICA SPECIALITÀ ALTOATESINA DALLA TIPICA FORMA ARROTOLATA. TRADIZIONALMENTE DOLCE, E CONFEZIONATO CON UNA PASTA LAVORATA CON IL BURRO E TIRATA IL PIÙ SOTTILE POSSIBILE, VIENE REALIZZATO IN SEI VERSIONI DIVERSE DA CRISTINA LUNARDINI. TUTTE SALATE MA UNA PIÙ ORIGINALE DELL'ALTRA

di EMANUELA BIANCONI; ricette di CRISTINA LUNARDINI - foto e styling di MARINA DELLA PASQUA

Strudel con broccoli pecorino e salsiccia

(pag. 56)

Strudel con broccoli pecorino e salsiccia

Ingredienti

per la pasta

300 g di farina 0
2 uova
50 g di burro fuso
(più altro per ungere)
250-300 ml di acqua fredda
1 pizzico di sale

per il ripieno

500 g di broccoli già sbollentati
120 g di pecorino romano
3 salsicce
1 spicchio di aglio
1 peperoncino
1/2 bicchiere di vino bianco
1 uovo
paprica
(o peperoncino in polvere)
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta: versate la farina e il sale in una ciotola, unite le uova e il burro fuso, e amalgamate; versate a filo l'acqua e amalgamate fino a ottenere un impasto liscio ed elastico. Formate una palla, ungetela con poco burro fuso, coprite con una terrina calda e fate riposare per circa 1 ora.

2. Per il ripieno: in una padella fate rosolare l'aglio e il peperoncino, tritato, con un filo di olio; unite le salsicce, spellate e sgranate con i rebbi di una forchetta, sfumate con il vino e, se necessario, eliminate il grasso in eccesso. Aggiungete i broccoli e lasciate insaporire per una decina di minuti. Spegnete e fate raffreddare.

3. Incorporate il pecorino, tagliato a cubetti, al ripieno e aggiustate infine di sale e di pepe. Trascorso il tempo di riposo, tirate la pasta fino a ottenere una sfoglia molto sottile e quasi trasparente di forma rettangolare (per questa operazione aiutatevi con un canovaccio).

4. Con un coltello realizzate delle incisioni sui lati lunghi della sfoglia: in questo modo creerete delle strisce che dovranno essere intrecciate. Disponete la farcia al centro e intrecciate la pasta.

5. Chiudete le due estremità e spennellate con l'uovo, leggermente sbattuto; spolverizzate a piacere con un pizzico di paprica o di peperoncino e infornate a 180 °C per circa 30 minuti. Levate, lasciate intiepidire e servite.

In libreria, "Romagna mia". Cristina Lunardini svela i suoi segreti per preparare le migliori ricette della tradizione gastronomica romagnola. (Sitcom Editore,19,90 euro).

Strudel intrecciato con salmone ricotta e finocchi

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta gialla

250 g di farina 00
(più altra per spolverizzare)
125 g di burro morbido
5 g di sale
1 uovo
2 cucchiai di acqua
2 bustine di zafferano

per la pasta nera

250 g di farina 00
125 g di burro morbido
5 g di sale
1 uovo
2 cucchiai di acqua
2 bustine di nero di seppia

per il ripieno

400 g di salmone fresco
250 g di ricotta
1 finocchio
80 g di granella di pistacchi
1 rametto di aneto
2 scalogni
1 uovo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta gialla: in una ciotola raccogliete il burro morbido, il sale, l'uovo, lo zafferano e l'acqua, e amalgamate perfettamente. Versate la farina setacciata e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo (nel caso in cui risultasse un po' colloso, spolverizzatelo con un po' di farina e lavorate delicatamente con il palmo della mano, mai con la punta delle dita).

2. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno 1 ora. Preparate la pasta nera ripetendo la stessa operazione ma aggiungendo il nero di seppia al posto dello zafferano.

3. Per il ripieno: mondate e lavate il finocchio, quindi con una mandolina tagliatelo a fettine sottili. In una padella fate appassire gli scalogni, tritati, con un filo di olio; unite i finocchi, salate, pepate, profumate con l'aneto tritato e fate insaporire per una decina di minuti. Spegnete e fate raffreddare.

4. Tagliate il salmone a cubetti, raccoglieteli in una ciotola e unite la ricotta, i finocchi saltati e la granella di pistacchi; salate, pepate e amalgamate per bene. Trascorso il tempo di riposo, stendete gli impasti fino a ottenere due rettangoli. Distribuite al centro il ripieno, ripiegate i rettangoli e formate due rotoli. Intrecciate i rotoli tra di loro e chiudete le estremità.

5. Trasferite lo strudel su una placca, foderata con carta forno, spennellate con l'uovo sbattuto e infornate a 170 °C per circa 35-40 minuti. Levate, lasciate intiepidire e servite.

Strudel intrecciato con salmone ricotta e finocchi

Strudel a corona con mele castagne e pancetta affumicata
(pag. 60)

Strudel a ferro di cavallo con spinaci zucca e noci (pag. 60)

Strudel a corona con mele castagne e pancetta affumicata

Ingredienti

per la pasta
500 g di farina 0
60 g di burro
30 g di zucchero
150 g circa di latte (o acqua)
2 uova; 1 tuorlo
10 g di lievito di birra
10 g di sale

per il ripieno
2 mele renette
500 g di castagne
100 g di pancetta affumicata
1 bicchierino di brandy
150 g di formaggio caprino spalmabile
1 uovo
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta: in una ciotola impastate 100 g di farina, il lievito, 1/2 cucchiaino di zucchero e un goccio di acqua, e impastate per bene. Formate un panetto, copritelo con una ciotola e fatelo lievitare fino al raddoppio del volume. In una planetaria raccogliete la farina restante, le uova, il tuorlo, lo zucchero, il burro a temperatura ambiente e il panetto lievitato.

2. Iniziate a impastare versando a filo il latte necessario a ottenere un impasto sodo e omogeneo. A metà lavorazione, aggiungete il sale. La lavorazione deve durare almeno 25 minuti (la pasta sarà pronta quando diventerà liscia e molto chiara). Formate un palla, coprite con un panno e lasciate lievitare per circa 2 ore, fino al raddoppio del volume.

3. Nel frattempo preparate il ripieno: lessate le castagne in acqua bollente, quindi scolatele e sbucciatele. Sbucciate le mele, eliminate il torsolo e tagliatele a cubetti. Tagliate la pancetta a listerelle, quindi fatele rosolare in una padella senza usare altri grassi; unite le mele e fate saltare per qualche minuto.

4. Sfumate con il brandy, aggiungete le castagne e lasciate insaporire. Trasferite tutto in una ciotola, unite il caprino, aggiustate di sale e di pepe, e amalgamate per bene. Dividete la pasta in due, quindi stendete i panetti e formate altrettanti rettangoli. Distribuite la farcia al centro dei rettangoli e ripiegate la pasta formando due rotoli. Avvolgete i rotoli intrecciandoli e chiudete la parte finale della pasta.

5. Trasferite lo strudel su una placca, foderata con carta forno, e dategli la forma di corona. Lasciate riposare per 30 minuti e spennellate la superficie con il tuorlo, leggermente sbattuto. Infornate a 200 °C per 10 minuti, quindi abbassate a 180 °C e proseguite la cottura per 20 minuti. Sfornate e lasciate raffreddare completamente, quindi portate in tavola e servite.

Strudel a ferro di cavallo con spinaci zucca e noci

Ingredienti

per la pasta
250 g di farina 00
250 g di ricotta fresca
100 g di acqua
1 cucchiaio di erbe aromatiche tritate (timo, erba cipollina, basilico, prezzemolo, dragoncello)
sale e pepe

per il ripieno
500 g di spinaci
100 g di gherigli di noce
1 spicchio di aglio
300 g di zucca già mondata
2 uova
200 g di squacquerone
2 cucchiai di pangrattato
1 pizzico di cannella
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Per la pasta: in una ciotola raccogliete la farina, la ricotta, le erbe aromatiche e un pizzico di sale e di pepe; versate a filo l'acqua e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e fate riposare in frigorifero per almeno mezz'ora.

2. Pulite gli spinaci e sciacquateli accuratamente; asciugateli e spezzettateli grossolanamente. Fate tostate i gherigli di noce in una padella antiaderente ben calda, senza aggiungere grassi. Toglieteli dal fuoco e teneteli da parte. Tagliate a cubetti la zucca e fateli ammorbidire in padella con un filo di olio e lo spicchio di aglio, schiacciato. Aggiungete gli spinaci e fate appassire fino a quando il fondo di cottura sarà ben asciutto. Regolate di sale e poi spegnete.

3. Incorporate agli spinaci le noci tostate, la cannella, il pangrattato, lo squacquerone e le uova sbattute (lasciatene circa 2 cucchiai da parte), e amalgamate per bene. Stendete la pasta sottilmente e formate un rettangolo. Disponete la farcia su metà pasta, arrotolate e sigillate i bordi; trasferite in una teglia, rivestita con carta forno, e formate un ferro di cavallo.

4. Spennellate con l'uovo sbattuto tenuto da parte e fate qualche taglietto sulla superficie per evitare che si rompa in cottura. Infornate a 170 °C per circa 40 minuti, quindi sfornate e lasciate raffreddare. Tagliate a fette e servite.

Strudel aperto con porri e funghi al profumo di limone e acciughe

Ingredienti

250 g di pasta fillo

per il ripieno
3 porri; 500 g di champignon
500 g di cicoria; 3 scalogni
6 acciughe; 1 limone
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Pulite la cicoria, lavatela e tritatela finemente. Tritate finemente gli scalogni e fateli rosolare in una padella con un filo di olio; unite le acciughe, dissalate, e fate insaporire per qualche minuto; unite la cicoria, versate 1/2 bicchiere di acqua, incoperchiate e fate cuocere per circa 20 minuti.

2. Nel frattempo tagliate i porri a striscioline sottili; pulite e tagliate i funghi a lamelle. In una padella fate rosolare i porri con un filo di olio; unite i funghi e fateli saltare a fiamma vivace per una decina di minuti. Salate e pepate.

3. Unite le due padelle di verdure, aggiustate di sale e di pepe e profumate con la scorza di limone grattugiata. Stendete un foglio di pasta fillo, ungetelo con un filo di olio e proseguite in questo modo fino a realizzare tre strati in tutto.

4. Disponete la farcia al centro, arricciate la pasta, lasciando un'apertura centrale e stropicciandola come fosse un sacchetto di carta. Infornate a 180 °C per circa 25 minuti, quindi sfornate e servite lo strudel ben caldo.

Strudel a caramella con ragù siciliano e mozzarella

Ingredienti

250 g di pasta sfoglia

per il ripieno
300 g di macinato di carne mista (maiale e vitello)
400 g di passata di pomodoro
200 g di piselli
200 g di mozzarella
1/2 cipolla; 1 costa di sedano
1 carota; 1 uovo
semi di sesamo; vino bianco
brodo vegetale (eventuale)
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per il ragù: mondate e tritate finemente il sedano, la carota e la cipolla, quindi fateli appassire in una casseruola con un filo di olio; unite il macinato, fate rosolare per bene e poi sfumate con un bicchiere di vino. Salate, pepate, aggiungete i piselli e la passata di pomodoro, diluita con mezzo bicchiere di acqua, e fate cuocere per circa 1 ora (se necessario, unite un altro po' di acqua o di brodo vegetale).

2. Tagliate la mozzarella a fettine sottili, raccoglietele in un colapasta e fatele scolare. Stendete la pasta sfoglia e formate un rettangolo lungo e distribuite il ragù e la mozzarella, lasciando il bordo del lato corto a 2-3 cm, e quello del lato lungo a 7 cm. Piegate i bordi sopra il ripieno e arrotolate la pasta sfoglia su se stessa formando un rotolo. Sigillate le estremità e dategli la forma di caramella.

3. Disponete lo strudel su una teglia, rivestita con carta forno, spennellate con l'uovo sbattuto e spolverizzate con un po' di semi di sesamo. Infornate a 170 °C per circa 35-40 minuti, quindi sfornate, lasciate intiepidire per 5 minuti e poi servite tagliato a fette.

A tutti gli chef, Ferrarelle dedica un luogo, un laboratorio, una masseria. Cioè, la sua Accademia.
Con la nascita di Accademia Ferrarelle vogliamo proporre ai ristoratori nuove alternative per migliorare la qualità del servizio e del cibo offerto. La partecipazione ai Laboratori Gastronomici, che si terranno presso la Masseria Mozzi di Riardo (CE), è gratuita. I nostri clienti possono visitare il sito accademiaferrarelle.it, dove verranno fornite user id e password per iscriversi ai laboratori. Con le iniziative proposte da Accademia Ferrarelle vogliamo stare vicino a chi ci ha scelto, offrendo dei benefici e creando un legame basato sulla qualità.

I NOSTRI LABORATORI 2015

LABORATORI GESTIONALI
28 Settembre 2015
GESTIONE ATTIVITÀ RISTORAZIONE, FOOD COST BASE
docente Roberto Carcangiu

LABORATORI GASTRONOMICI
21 Settembre 2015
BASSA TEMPERATURA E CUCINA SOTTO VUOTO
docente Michele Cocchi

LABORATORIO PIZZA
26 Ottobre 2015
IMPASTI E COTTURA DELLA VERA PIZZA NAPOLETANA
docenti Guglielmo Vuolo e Gianfranco Iervolino

Se vuoi diventare nostro cliente contattaci ai seguenti indirizzi:
accademia.centrosud@ferrarelle.it
accademia.nord@ferrarelle.it
accademia.export@ferrarelle.it

Vai sul sito accademiaferrarelle.it e scopri tutte le novità

Che oggi la pizza è al centro... lo si sapeva,
a Palazzo Vialdo è davvero cambiato qualcosa nel panorama del mondo pizza napoletana, difficile chiamarla PIZZERIA.

Palazzo Vialdo, la splendida struttura creata dalla famiglia Di Prisco e condotta dal geniale Vincenzo primo genito impegnato in due business completamente opposti ma creativi nello stesso tempo (costruzioni&ristorazione) oggi non offre solo Pizza.
Location distribuita su tre livelli, quando entriamo troviamo una bellissima caffetteria che apre di buon mattino per poi deliziarti con il pranzo accogliendoti sia nella zona gastronomia dove puoi acquistare anche prodotti di nicchia o per uno stop lunch oppure nella zona pizzeria - bistrò, per la cena le proposte aumentano, oltre la pizzeria troviamo nella zona taverna una deliziosa paninoteca in stile italian vintage così definita dal patron e dedicata a suo padre.
Fosse uno dei fiori all'occhiello della Campania è parimenti scontato per chi vi è stato, per chi invece non ha ancora avuto il piacere di visitarlo vale la pena passare per decidere in quale zona passare un piacevole momento oppure festeggiare un evento al primo piano.

Personalmente, senza voler sminuire alcuna eccellenza acclarata della nostra bellissima regione abbiamo visto all'opera un maestro della pizza come Gianfranco Iervolino inserito da 10 anni in un contesto a lui congeniale, in una struttura in grado di consentirgli di esprimere appieno il suo potenziale.
Per chi non avesse mai mangiato una pizza al "VIALDO" va detto che sicuramente oggi il suo impasto rappresenta "l'anello di congiunzione" tra la pizza di "paese" (intendendo quest'accezione nel senso più positivo della parola) e quella verace napoletana.
Un felice incontro tra i sentori di casa dei paesi vesuviani e la classicità della città di Napoli da intendersi non come "uno sviluppo in meno" rispetto ad altre pizze ma un'evoluzione a parte, fuori dagli schemi, una "biodiversità" a parte nella cosidetta "pizzologia".
Elegante e sobrio, contornato da una grafica di eccellente livello, fresca e morbida, la struttura a quelli che altrove si definirebbero tout court fronzoli ha saputo dare contenuto.
Quando questo avviene è perché coesistono due grandi componenti che giocano all'unisono tra loro: idee e fatti.
Ma perché ciò sia possibile servono uomini che pensino in maniera divergente.
Vincenzo Di Prisco, patron e ideatore della struttura è quell'uomo metà Dandy e metà imprenditore con capacità chiara di valutazione.

Un mix felice che raramente si incontra ma che quando lo si trova può solo ingenerare grandi cose.

Palazzo VIALDO
Via Nazionale, 981 - Torre del Greco (NA)
Tel 081 8471624
info@palazzovialdo.it
www.palazzovialdo.it

Purple PARTY

"CON LA PATATA NON SI SBAGLIA MAI" È UNA SORTA DI MANTRA QUI AD ALICE. IL MOTIVO È PRESTO DETTO: OGNI VOLTA CHE ABBIAMO SCELTO LA PATATA COME PROTAGONISTA DI QUESTA O QUELLA RUBRICA È STATO UN SUCCESSO. QUESTO MESE REPLICHIAMO CON LE PATATE VITELOTTE: CARATTERIZZATE DA UNA POLPA DI COLORE VIOLETTO DAL SAPORE QUASI DI CASTAGNA, UNISCONO ALLA BONTÀ GASTRONOMICA UNA RESA "SCENICA" DALL'EFFETTO SORPRENDENTE!

di FMB; foto di SILVIA CENSI

Baci della duchessa
(pag. 68)

Minitortini bicolori al profumo di bosco

(pag. 68)

In libreria, "La pasta detto fatto!" con tante ricette golose dedicate al primo preferito dagli italiani. (Sitcom Editore, 19,90 euro).

Baci della duchessa

Ingredienti (per 4 persone)

per le patate duchesse
600 g di patate bianche
200 g di patate vitelotte (patate viola)
5 tuorli
burro
noce moscata
sale

per il ripieno
150 g di gorgonzola
150 g di stracchino
pepe rosa

Preparazione

1. Lessate tutte le patate per 30 minuti a partire dal bollore. Quindi scolatele e lasciatele intiepidire. Sbucciate le patate bianche, passatele allo schiacciapatate per ottenere un passato perfettamente liscio. Aggiungete 60 g di burro morbido e 3 tuorli, salate, profumate con un po' di noce moscata e amalgamate perfettamente.

2. Foderate la placca del forno con un foglio di carta forno. Raccogliete il resto in un sac à poche con bocchetta rigata e formate tanti ciuffi uguali, ben distanziati gli uni dagli altri.

3. Sbucciate le patate vitelotte e passatele allo schiacciapatate per ottenere un passato perfettamente liscio. Aggiungete il passato tenuto da parte, unite 1 tuorlo e una noce di burro e amalgamate. Regolate di sale e profumate con un po' di noce moscata. Quindi procedete come prima per formare altrettanti ciuffi sulla placca del forno.

4. Spennellate i ciuffi con il tuorlo rimasto, leggermente sbattuto, mettete in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per 10-12 minuti. Levate e lasciate intiepidire.

5. Intanto preparate il ripieno. Raccogliete il gorgonzola in una ciotola, unite lo stracchino e lavorate con una spatola fino a ottenere un composto cremoso. Aggiungete qualche grano di pepe, pestato grossolanamente, e amalgamate.

6. Farcite le duchesse a due a due con il composto preparato, accoppiando una chiara con una viola dalla parte della base. Disponete i baci della duchessa nei piatti da portata e servite.

Minitortini bicolori al profumo di bosco

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di patate vitelotte (patate viola)
300 g di polpa di zucca
50 g di porcini secchi
1 cipolla
1 ciuffo di prezzemolo
burro
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Raccogliete le patate in una casseruola e lessatele per una quindicina di minuti a partire dal bollore. Trascorso il tempo, scolatele, sbucciatele e schiacciatele con una forchetta. Raccogliete le patate schiacciate in una ciotola, unite 25 g di burro, salate, pepate e amalgamate.

2. Tagliate la polpa di zucca a dadini, raccogliete la dadolata in un'altra casseruola, coprite a filo con acqua calda, portate a bollore e fate cuocere per una quindicina di minuti, mescolando ogni tanto.

3. Scolate la dadolata di zucca, schiacciatela con una forchetta, trasferite nella casseruola di prima, unite una noce di burro, salate e fate asciugare per pochi minuti.

4. Fate ammollare i porcini in un po' di acqua tiepida per una ventina di minuti, cambiando l'acqua un paio di volte. Affettate finemente la cipolla e fatela appassire in una padella con un filo di olio.

5. Aggiungete i funghi, scolati e strizzati, e lasciate insaporire per una decina di minuti. Poco prima del termine, regolate di sale e profumate con una macinata di pepe e un po' di prezzemolo tritato.

6. Montate la preparazione nei piatti individuali, aiutandovi con un coppapasta: realizzate prima uno strato di base con le patate viola, quindi coprite con uno strato di zucca. Completate con i funghi e la cipolla, portate in tavola e servite.

ALICE TV
Mattia Poggi è in onda con il programma "MATTIA A MODO MIO" tutti i giorni alle 21.00, su Alice tv.

Gnocchetti gratinati alla bufala

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di vitelotte (patate viola)
140 g di farina (più altra per spolverizzare)
1 uovo
sale

per il condimento

200 g di datterini
200 g di mozzarella di bufala affumicata
1 ciuffo di basilico
1 spicchio di aglio
parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Lessate le patate per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola. Aggiungete metà della farina, setacciata, e amalgamate.

2. Salate leggermente, incorporate l'uovo, completate con la farina rimasta e lavorate ancora fino a ottenere un composto omogeneo (nel caso risultasse un po' colloso, aggiungete un altro po' di farina).

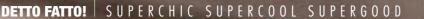
3. Modellate con il composto tante stringhe dello spessore di circa 2 cm; quindi tagliatele a tocchetti di circa 2 cm di lunghezza e rigateli con i rebbi di una forchetta. Man mano che gli gnocchi sono confezionati, disponeteli su una spianatoia leggermente infarinata. Al termine, lasciateli riposare per circa un quarto d'ora.

4. Tagliate a dadini la mozzarella, raccogliete la dadolata in un colapasta e lasciate sgocciolare per una quindicina di minuti. Intanto, sbollentate i pomodorini per un paio di minuti. Scolateli, spellateli, tagliateli a metà ed eliminate i semi e l'acqua di vegetazione. Scaldate un filo di olio in una casseruola con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, aggiungete i pomodorini e fate cuocere per 5-10 minuti. Regolate di sale e di pepe. Levate e tenete da parte.

5. Lessate gli gnocchi in abbondante acqua bollente, leggermente salata. Appena salgono a galla, scolateli e raccoglieteli in una ciotola. Condite gli gnocchi con il sugo preparato e con la dadolata di mozzarella, e mescolate.

6. Distribuite gli gnocchi conditi in piccole cocottine individuali, guarnite con una foglia di basilico, spolverizzate con un po' di parmigiano, mettete in forno già caldo a 200 °C e fate gratinare. Levate, portate in tavola e servite.

Insalatina tiepida di patate

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di patate vitelotte (patate viola)
100 g di ceci già lessati
2-3 pomodori sott'olio
100 g di foglie di spinaci baby
1 spicchio di aglio
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

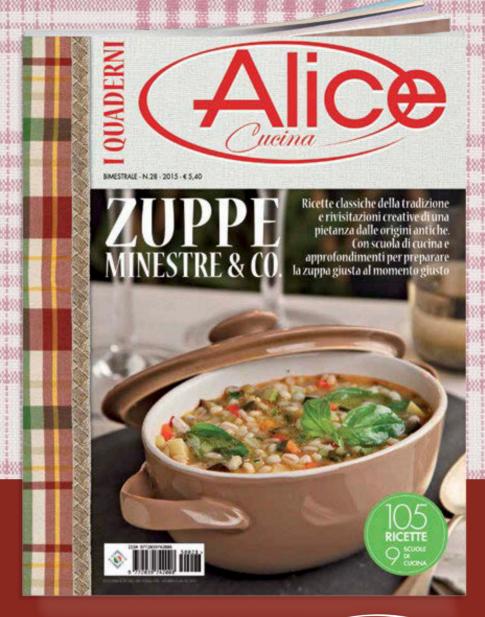
1. Lessate le patate per 30 minuti a partire dal bollore. Scolatele, sbucciatele e tagliatele a cubotti.

2. Scaldate un filo di olio in una padella con l'aglio schiacciato. Eliminate quest'ultimo, unite le foglie di spinaci e fatele saltare per un paio di minuti.

3. Aggiungete i ceci, ben scolati e sciacquati, i pomodori sott'olio, tagliati a pezzetti, e i cubotti di patata, mescolate e lasciate insaporire. Regolate di sale, portate in tavola e servite in ciotoline individuali.

GRAMIGNA... SE MAGNA!

LA "GRAMIGNA" – NOME DI VARIE PIANTE INFESTANTI E DANNOSE – È ANCHE UNA PASTA CORTA SECCA DALLA DIVERTENTE FORMA A RICCIOLO. ORIGINARIA DELL'EMILIA ROMAGNA, SI SPOSA EGREGIAMENTE CON SUGHI RICCHI E CORPOSI. COME TRADIZIONE COMANDA

a cura della redazione; ricette e foto di RAFFAELLA CAUCCI

Gramigna patate e pecorino con pancetta affumicata

Ingredienti (per 6 persone)

200 g di gramigna
150 g di pancetta affumicata a cubetti
400 g di patate
1/2 cipolla rossa
1 costa di sedano
1 carota
1 ciuffo di salvia
pecorino romano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. In una casseruola antiaderente fate dorare i cubetti di pancetta; quando risulteranno ben coloriti, rimuoveteli con una pinzetta e teneteli da parte. Mondate e tritate finemente la cipolla, la carota e il sedano, e fateli soffriggere nel grasso rilasciato dalla pancetta con l'aggiunta di un filo di olio.

2. Aggiungete le patate, sbucciate e tagliate a cubetti, e fatele insaporire su fuoco medio mescolando di tanto. Versate circa 1 l di acqua, salate, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 20 minuti.

3. Lessate la gramigna in acqua bollente e salata, scolatela a metà cottura e trasferitela nella casseruola con le patate. Mescolate e proseguite la cottura su fiamma media fino a quando il fondo di cottura non comincerà ad addensarsi e risulterà umido ma cremoso.

4. Spegnete, cospargete con abbondante pecorino e guarnite con i cubetti di pancetta e qualche foglia salvia. Ultimate con un filo di olio a crudo e servite.

Frittata di gramigna al sugo di salsiccia
(pag. 76)

Timballo di gramigna al forno con scamorza e polpettine al sugo (pag. 76)

Frittata di gramigna al sugo di salsiccia

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di gramigna
6 uova
2 salsicce di prosciutto fresche
300 g di passata di pomodoro
1/2 bicchiere di vino bianco
1 spicchio di aglio
1 ciuffo di prezzemolo
3 cucchiai di parmigiano grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. In una casseruola fate soffriggere l'aglio con un filo di olio; aggiungete le salsicce, spellate e sgranate con un cucchiaio di legno, e fatele rosolare per una decina di minuti. Sfumate con il vino, versate la passata, aggiustate di sale e fate cuocere per circa 20 minuti fino a ottenere un sughetto ben ristretto.

2. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela al dente e conditela con il sugo di salsiccia. Trasferitela in una ciotola, mescolate e lasciate intiepidire. Sbattete le uova con il parmigiano e un pizzico di sale e di pepe. Versate le uova sulla pasta ormai tiepida e amalgamate per bene.

3. Scaldate un filo di olio in una padella antiaderente, versate il composto di uova, compattate il tutto con un cucchiaio di legno, incoperchiate e lasciate cuocere su fiamma medio-bassa per qualche minuto.

4. Quando si sarà formata una crosticina dorata da un lato, capovolgete delicatamente la frittata e proseguite la cottura anche dall'altro lato. Spegnete, coprite e lasciate riposare per qualche minuto. Spolverizzate con il prezzemolo tritato e servite la frittata tiepida o fredda.

Timballo di gramigna al forno con scamorza e polpettine al sugo

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di gramigna
400 g di macinato di vitella
1 uovo
1 fetta di pane raffermo
1/2 bicchiere di latte
1 ciuffo di prezzemolo
1 l di passata di pomodoro
1 carota
1 costa di sedano
300 g di scamorza
1/2 cipolla
parmigiano grattugiato
pangrattato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mettete il pane, tagliato a dadini, in ammollo nel latte. In una ciotola raccogliete il macinato, l'uovo, un pizzico di sale e 3 cucchiai di parmigiano; unite il pane, ben strizzato, e amalgamate per bene (se necessario, aggiustate la consistenza aggiungendo un po' di pangrattato). Formate tante polpettine e passatele nel pangrattato.

2. Mondate e tritate finemente gli odori, quindi fateli appassire in una casseruola con un filo di olio; unite la passata, salate e portate a bollore. Disponete delicatamente le polpettine, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 15 minuti. Profumate con il prezzemolo tritato.

3. Lessate la pasta in acqua bollente e salata, quindi scolatela a metà cottura e conditela con qualche cucchiaio di sugo di polpette. Ungete una pirofila da forno con un filo di olio e spolverizzate con un po' di pangrattato. Distribuite la metà della pasta e ricoprite con uno strato di polpettine.

4. Cospargete con la scamorza, tagliata a dadini, un po' di sugo e una spolverizzata di parmigiano. Coprite con la pasta e le polpettine restanti, velate con altro sugo e cospargete con il pangrattato e la scamorza. Ultimate con un filo di olio e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Accendete il grill e fate gratinare per circa 5 minuti. Levate, lasciate intiepidire e servire.

Zuppa di gramigna con verza e cannellini

Ingredienti (per 4 persone)

200 g di gramigna
400 g di fagioli cannellini già lessati; 1 piccolo cespo di verza; 1 spicchio di aglio
croste di parmigiano
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

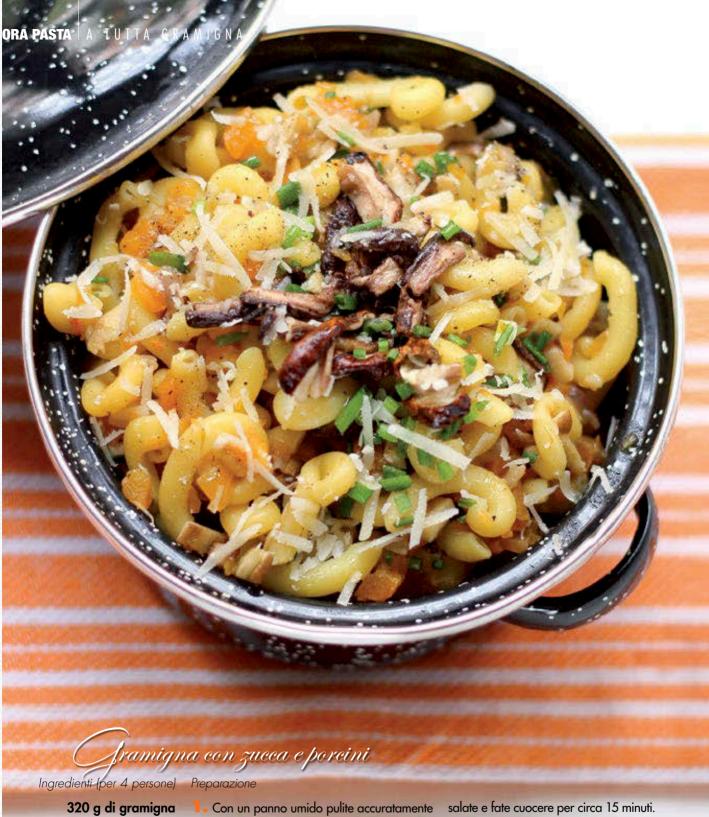
1. Lavate accuratamente le croste del parmigiano e con un coltello grattugiatene la superficie. Tagliatele a cubetti non troppo piccoli e tenetele da parte. Rimuovete le foglie più esterne e il torsolo dalla verza, quindi lavatela accuratamente e tagliatela a listerelle.

2. In una casseruola fate soffriggere l'aglio con un filo di olio, unite i fagioli e lasciate insaporire per qualche minuto. Salate, coprite con 1 l circa di acqua, incoperchiate e portate a bollore. Aggiungete la verza e le croste di parmigiano, e lasciate cuocere per circa 15 minuti.

3. Lessate la pasta in acqua salata, scolatela a metà cottura e trasferitela nella casseruola. Aggiustate eventualmente di acqua e di sale, e lasciate cuocere fino a ottenere una zuppa densa. Distribuite nei piatti da portata, pepate, guarnite con un filo di olio a crudo e servite.

Zuppa di gramigna con verza e cannellini

Gramigna con zucca e porcini

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di gramigna
400 g di zucca già mondata
3-4 porcini; 1/2 cipolla
1 ciuffo di erba cipollina
1 spicchio di aglio
1/2 bicchiere di vino bianco secco
noce moscata
grana grattugiato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Con un panno umido pulite accuratamente i porcini, quindi tagliateli a spicchi. In una padella fate soffriggere l'aglio con un filo di olio; unite i funghi e fateli saltare su fiamma vivace per qualche minuto. Sfumate con il vino, salate leggermente e fate asciugare. Spegnete e rimuovete l'aglio.

2. In un'altra padella fate appassire la cipolla, tritata, con un filo di olio; unite la zucca, tagliata a cubetti, bagnate con 1/2 bicchiere di acqua, salate e fate cuocere per circa 15 minuti.

3. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e trasferitela in padella con la zucca (se necessario, bagnate con un goccio di acqua di cottura della pasta). Profumate con un pizzico di noce moscata, aggiungete i funghi e mantecate per qualche minuto. Impiattate, cospargete con il grana e l'erba cipollina tritata, ultimate con un filo di olio a crudo e servite.

Fideuà valenciana

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di gramigna
8 cuori di carciofo già puliti
8 scampi
1,5 kg di vongole veraci già spurgate
400 g di pomodori pelati
2 bustine di zafferano
1 ciuffo di prezzemolo
1 spicchio di aglio
1 scalogno
1/2 bicchiere di vino bianco secco
olio extravergine di oliva
1 limone; sale e pepe

Preparazione

1. In una casseruola scaldate un filo di olio, mettete le vongole, incoperchiate e fatele aprire su fiamma vivace. Filtrate il liquido di cottura e tenete da parte. Sciacquate accuratamente gli scampi.

2. In una padella fate soffriggere l'aglio e lo scalogno, tritati, con un filo di olio; disponete gli scampi e fateli cuocere per pochi minuti. Prelevate gli scampi e teneteli da parte in caldo. Versate in padella i cuori di carciofo, tagliati a spicchi, e fateli saltare su fiamma vivace.

3. Sfumate con il vino, aggiungete i pomodori pelati, schiacciati con le mani, e salate; unite lo zafferano, sciolto in un mestolo di acqua calda, e la pasta, e fate cuocere come fosse un risotto, aggiungendo man mano l'acqua calda. Quando la pasta sarà cotta al dente, aggiungete le vongole e gli scampi.

4. Profumate infine con una macinata di pepe e un po' di prezzemolo tritato. Al termine, la fideuà dovrà risultare croccante e abbastanza asciutta. Ultimate con un filo di olio a crudo e gli spicchi di limone, e servite.

UNA Festa IN CUCINA

ACCOGLIERE CUCINANDO, CUCINARE ACCOGLIENDO. ECCO IL *LEITMOTIV* DEL MENU PROPOSTO DA MASSIMO MALANTRUCCO: TANTE IDEE GOLOSE E SFIZIOSE, PREPARATE IN ANTICIPO E COMPLETATE, ALL'ULTIMO MOMENTO, CON GLI OSPITI IN CUCINA. PER UNA SERATA CONVIVIALE E DIVERTENTE

a cura della redazione; ricette di MASSIMO MALANTRUCCO - foto di MARIE SJÖBERG

Crostino di bufala all'alloro in barchetta

(pag. 82)

Crostino di bufala all'alloro in barchetta

Ingredienti (per 4-6 persone)

500 g di mollica di pane di grano duro (meglio se di un paio di giorni)
2 bicchieri di latte
2 albumi
8 ovoline di bufala (a temperatura ambiente)
16 foglie grandi di alloro
pangrattato
paprica verde
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate la mollica di pane a cubetti, raccoglieteli in una ciotola con il latte e lasciate ammorbidire per una mezz'ora. Aggiungete gli albumi, condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe, e impastate accuratamente. Distribuite il composto negli stampini a barchetta, unti di olio e cosparsi con il pangrattato, e pressate bene, lasciando una cavità all'interno.

2. Infornate le barchette a 200 °C per 30 minuti. Quando saranno ben dorate e croccanti, sfornatele, sformatele e trasferitele in una teglia bassa (pronte per essere scaldate al momento del servizio).

3. Al momento del servizio, mettete le barchette a scaldare in forno. Nel frattempo disponete le foglie di alloro in una padella ben calda, affiancandole a coppie. Su ogni coppia mettete una ovolina, incoperchiate e fate sciogliere la bufala (non completamente).

4. Quando le barchette saranno ormai calde, sfornatele e conditele con un filo di olio. Adagiate all'interno di ognuna una ovolina, facendola scivolare dalle foglie di alloro (che non dovranno essere servite). Per questa operazione potete chiedere l'aiuto dei vostri ospiti. Cospargete a piacere con un pizzico di paprica e servite.

TRA PARENTESI
Piccolo starter da servire con un buon prosecco per impegnare e coinvolgere gli ospiti, farli sentire a casa loro e allo stesso momento darvi tempo di completare le successive portate.

Penne alla marinara e pecorino croccanti

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di penne
500 g di passata di pomodoro
2 spicchi di aglio
1 peperoncino
4 filetti di acciuga sott'olio
1 cucchiaio colmo di capperi in salamoia
1 cucchiaio di prezzemolo tritato
1/2 bicchiere di vino bianco secco
300 g di pecorino stagionato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Versate abbondante acqua salata in una pentola, mettete sul fuoco e portate a bollore. In una padella fate soffriggere l'aglio e un trito di peperoncino e capperi con 4 cucchiai di olio; unite le acciughe, scolate, e sfaldatele con l'aiuto di una forchetta. Sfumate con il vino, versate la passata di pomodoro, alzate la fiamma e fate cuocere per 5 minuti. Profumate infine con il prezzemolo tritato.

2. Lessate la pasta in abbondante acqua leggermente salata, scolatela al dente e versatela in padella con la salsa. Fatela saltare velocemente in padella, quindi versatela in un recipiente capiente e largo e lasciatela raffreddare.

3. Quando gli ospiti saranno arrivati, scaldate per bene una padella grande, cospargetela con metà pecorino grattugiato e lasciate sciogliere leggermente; versate la pasta e disponetela uniformemente su tutta la superficie. Irrorate con 4 cucchiai di olio e spolverizzate con il pecorino restante.

4. Quando il formaggio avrà formato una crosticina dorata, girate la pasta con una spatola di legno. Lasciate cuocere per qualche minuto e girate ancora fino a quando i lati saranno diventati ben croccanti. Impiattate e servite.

TRA PARENTESI
È una ricca versione di quella che comunemente chiamiamo "pasta ripassata". Da piatto povero in disuso a ricercata leccornia. La cottura della pasta e la salsa vengono fatte prima dell'arrivo degli ospiti, la finitura croccante al momento del loro arrivo.

Haché di manzo con carciofo

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 kg di carne di manzo (controfiletto o filetto); 2 cucchiai di capperi; 4 acciughe sott'olio 4 carciofi; 1 limone; 2 spicchi di aglio; 1 cucchiaio di prezzemolo; 6 foglie di mentuccia olio extravergine di oliva; sale e pepe

per l'emulsione: **1/2 bicchiere di olio extravergine di oliva; 1/2 bicchiere di barolo 2 foglie di alloro; 4 bacche di ginepro; sale e pepe**

Preparazione

1. Mondate i carciofi e ricavate solo la parte più tenera; irrorateli con il succo di 1/2 limone, in modo da non farli annerire, e poi tagliateli a cubetti. In una casseruola fate soffriggere l'aglio con un filo di olio e il prezzemolo e la mentuccia, tritati. Unite i carciofi, regolate di sale e di pepe, versate 1/2 bicchiere di acqua e fate cuocere per una ventina di minuti.

2. A cottura ultimata, rimuovete l'aglio e lasciate raffreddare. Tagliate la carne al coltello fino a ottenere un tartare (potete utilizzare anche un food processor o un tritacarne). Aggiungete le acciughe e i capperi, tritati, e mescolate accuratamente.

3. Componete gli haché dandogli una forma cilindrica e disponendo all'interno il ripieno di carciofi. Trasferiteli su un tagliere e tenete da parte. Preparate l'emulsione frullando con un frullatore a immersione le bacche di ginepro, l'alloro, il barolo e un pizzico di sale e di pepe.

4. Fate riposare per un'ora in frigorifero, quindi passate il tutto a un colino, aggiungete l'olio ed emulsionate nuovamente con il frullatore. Distribuite l'emulsione nelle ciotoline e servitela insieme agli haché. Gli ospiti dovranno passarli prima nell'emulsione e poi sulla pietra ollare, ben calda, posta affianco al tagliere. L'haché non va cotto all'interno ma solo leggermente rosolato.

TRA PARENTESI

Questo piatto viene interamente preparato precedentemente all'arrivo degli ospiti i quali provvederanno da soli all'ultimazione su pietra ollare.

Patate tornite gratinate

TRA PARENTESI
Preparazione precedente da infornare quando arrivano gli ospiti

Ingredienti (per 4-6 persone)

16 patate di forma regolare (poco più grandi di un uovo)
125 g di yogurt
1/2 bicchiere di prosecco
200 g di parmigiano
70 g di burro
noce moscata in polvere
sale

Preparazione

1. Tornite le patate dandogli una forma simile a quella di un uovo. Cuocetele al vapore per circa 20-30 (la cottura dovrà essere completa ma non dovranno rompersi). Levate e fate raffreddare. Preparate una pastella con yogurt, prosecco e un pizzico di noce moscata e di sale.

2. Tagliate le patate alla base, in modo che possano rimanere in piedi verticalmente, immergetele nella pastella, scolatele e passatele nel parmigiano grattugiato. Disponetele in una teglia, ben distanziate, completate qualche ciuffetto di burro e infornate a 250 °C per circa 10 minuti. Accendete il grill e fate gratinare in superficie. Levate e servite.

Éclairs con crema di formaggi piccanti e finocchi

Ingredienti (per 4-6 persone)

per la pasta choux
1/2 l di acqua
300 g di farina
200 g di margarina
12 uova; 50 g di pecorino
1 cucchiaino di pepe
sale

per il ripieno
400 g di formaggi piccanti misti lunga e media stagionatura
2 finocchi; 50 g di burro
100 g di parmigiano
1 cucchiaio di miele di acacia (facoltativo)
crema di latte
sale

vi serve inoltre
miele di acacia

Preparazione

1. Per il ripieno: lavate e mondate i finocchi, quindi tagliateli a fettine. In un tegame fate fondere il burro, aggiungete i finocchi, un pizzico di sale e 1/2 bicchiere di acqua, incoperchiate e fate stufare per circa 20 minuti. Togliete il coperchio, alzate la fiamma e fate evaporare il liquido di cottura.

2. Unite il parmigiano grattugiato, mescolate per bene e lasciate cuocere ancora per 5 minuti, sempre mescolando. Con un mixer da cucina riducete il tutto in crema e lasciate raffreddare. Grattugiate i formaggi piccanti e raccoglieteli in una ciotola; versate la crema di latte, poco a poco, e amalgamate fino a ottenere una crema spalmabile (se desiderate smorzare leggermente il piccante, unite il miele).

3. Per la pasta choux: portate a bollore l'acqua con un cucchiaino raso di sale e la margarina, tagliata a cubetti. Appena l'acqua bolle, versate la farina, il pecorino e il pepe, tutto in una volta, mescolate energicamente e fate cuocere per circa 5 minuti finché il composto non si staccherà dai bordi della pentola.

4. Stendete il composto su un piano di marmo e fate raffreddare bene. Trasferite il composto in una ciotola e incorporate le uova, uno alla volta. Raccogliete il composto in un sac à poche e realizzate tanti piccoli éclairs, lunghi circa 4 cm, su una teglia rivestita con carta forno. Infornate a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

5. Tagliate a metà gli éclairs e, con un sac à poche con bocchetta a stella, farciteli con i due ripieni. Chiudeteli, cospargete quelli al formaggio con un filo di miele e servite.

Pane amore e fantasia

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 filone di pane di grano duro con mollica compatta
200 ml di latte
2 tazzine di caffè espresso
1 cucchiaio di zucchero
1/2 tazzina di whisky
50 g di cacao amaro in polvere
50 g di burro
zucchero a velo

Preparazione

1. Tagliate il filone di pane a fette di 1 cm e 1/2. Con un coppapasta a forma di cuore (largo 8-10 cm) ricavate 10 cuori. Sciogliete lo zucchero nel caffè espresso, unite il whisky e fate raffreddare; aggiungete il latte, mescolate e trasferite in frigorifero.

2. In un padellino fate sciogliere una noce di burro; quando frigge, immergete velocemente un cuore nel caffelatte, disponetelo subito in padella e fatelo rosolare su entrambi i lati. Trasferite in un piatto da portata e spolverizzate con il cacao amaro e lo zucchero a velo. Proseguite a realizzare gli altri cuori e servite tutto.

Una CREMA!

Crema di funghi al radicchio

(pag. 96)

COMFORT FOOD PER ECCELLENZA, CREME, VELLUTATE E MINESTRE SONO PROTAGONISTE DELLA CUCINA DI QUESTA STAGIONE. MA SE PENSATE CHE CON NOMI DIFFERENTI SI INDICHI LA MEDESIMA PREPARAZIONE, VI SBAGLIATE DI GROSSO. CI SPIEGA TUTTO MASSIMO MALANTRUCCO

a cura della redazione
ricette di **MASSIMO MALANTRUCCO**
foto di **STEFANIA ZECCA** (ricette)
FRANCESCO DE SABA (step di preparazione)

Minestra parmentier
(pag. 96)

Crema di cannellini e speck (pag. 96)

Vellutata di pollo
(pag. 97)

Crema di funghi al radicchio

Ingredienti (per 4 persone)

300 g di funghi già mondati
200 g di radicchio mondato
1/2 cipolla; 50 g di burro
40 g di amido di riso
1/2 l di brodo vegetale
2 foglie di salvia
1 tazzina di brandy
150 ml di crema di latte
2 tuorli; sale e pepe

per i crostini
1 panino all'olio
50 g di gorgonzola

Preparazione

1. Tritate grossolanamente la cipolla e tagliate il radicchio a julienne e i funghi a cubetti di 1 cm. In una casseruola fate soffriggere la cipolla con il burro e la salvia; appena appassita, aggiungete il radicchio e fate cuocere per circa 10 minuti.

2. Sfumate con il brandy e poi unite i funghi e un pizzico di sale e di pepe. Incoperchiate e lasciate appassire i funghi, quindi versate il brodo e fate bollire, sempre coperto, per circa 40 minuti.

3. Trascorso il tempo di cottura, frullate il tutto con un mixer a immersione fino a ottenere un composto cremoso. Rimettete sul fuoco e fate riprendere il bollore per 10 minuti. Mentre la minestra bolle, legatela con l'amido di riso, sciolto in poca acqua fredda, mescolando velocemente con una frusta.

4. Aggiungete i tuorli e la crema di latte, sempre girando, e infine spegnete. Nel frattempo fate fondere il gorgonzola in un padellino antiaderente, unite i crostini di pane e fateli tostare per bene. Distribuite la crema di funghi, guarnite con i crostini e servite.

Minestra parmentier

Ingredienti (per 4 persone)

1 kg di patate già sbucciate
2 porri; 1 l di acqua
1 l di brodo vegetale
200 ml di crema di latte
50 g di burro; sale

per il bouquet garni
2 rametti di rosmarino
1 rametto di sedano di monte (o classico)
2 foglie di alloro
1 rametto di origano
2 rametti di timo
1 rametto di dragoncello
1 ciuffo di prezzemolo

per la guarnizione
1 panino all'olio
20 g di burro
qualche rametto di finocchietto marino

Preparazione

1. Tagliate i porri a julienne e le patate a cubetti di circa 1 cm di lato. Preparate il bouquet garni: sciacquate gli odori e legateli con spago da cucina. In una casseruola fate appassire i porri con il burro; unite le patate, salate e fatele rosolare bene mescolando spesso.

2. A questo punto aggiungete il bouquet garni e versate l'acqua. Incoperchiate e lasciate cuocere per circa 40 minuti a fuoco lento finché le patate non iniziano a sfaldarsi. Trascorso il tempo, passate le patate e il liquido eventualmente rimasto a un setaccio.

3. Mettete nuovamente sul fuoco, aggiungete il brodo e stemperate bene, quindi fate bollire ancora per 10 minuti a fuoco lento. Unite infine la crema di latte e fate riprendere il bollore per circa 5 minuti.

4. Per i crostini: tagliate il panino all'olio a cubetti e fateli rosolare in padella con il burro. Distribuite la minestra nei piatti fondi, guarnite con i crostini e qualche rametto di finocchietto marino, e servite.

Crema di cannellini e speck

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di fagioli cannellini secchi
100 g di speck
1,5 l di brodo vegetale
4 foglie di alloro
2 rametti di rosmarino
2 spicchi di aglio
1/2 bicchiere di vino bianco
2 tuorli
250 ml di crema di latte
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mettete i fagioli a bagno in acqua fredda per 8 ore, quindi scolateli e lessateli in abbondante acqua a cui avrete aggiunto un pizzico di sale, 2 foglie di alloro, i rametti di rosmarino e 1 spicchio di aglio. Una volta cotti, scolateli ed eliminate gli aromi.

2. In un tegame capiente fate soffriggere lo spicchio di aglio restante, 2 foglie di alloro e 50 g di speck, tagliato in 2 fette spesse, con un filo di olio; appena il tutto sarà ben rosolato, sfumate con il vino bianco.

3. A questo punto aggiungete i fagioli lessati e il brodo, e fate cuocere per 10 minuti, cercando di schiacciarli per farli insaporire meglio. Fate bollire per altri 10 minuti, eliminate le foglie di alloro e frullate il tutto con un frullatore a immersione.

4. Portate nuovamente al bollore per 10 minuti e aggiungete infine i tuorli e la crema di latte mescolando velocemente con una frusta. Tagliate a striscioline sottili lo speck restante e grigliatele su una piastra ben calda. Distribuite la crema nei piatti da portata, guarnite con lo speck e servite.

Vellutata di pollo

Ingredienti (per 4 persone)

per il brodo

1 pollo intero
2 carote
2 coste di sedano
1 cipolla
2 foglie di alloro
5 bacche di ginepro
5 chiodi di garofano
10 grani di pepe nero
sale

per la vellutata

1,5 l di brodo di pollo
70 g di burro
80 g di farina
200 ml di crema di latte
50 g di parmigiano

Preparazione

1. Preparate il brodo: in una pentola colma di acqua fredda (circa 4 l) raccogliete tutti gli ingredienti, lavati e mondati. Salate, incoperchiate e fate sobbollire a fuoco lento per un due ore. Filtrate il brodo attraverso una stamina (o un colino), lasciate riposare e con l'aiuto di un mestolo eliminate il grasso affiorato.

2. Per la vellutata: in una casseruola fate sciogliere il burro, unite la farina e fate tostare mescolando in continuazione. Mettete il roux nel brodo caldo, girate vigorosamente con una frusta e fate sobbollire per una decina di minuti. A questo punto la vellutata acquisterà corposità.

3. Aggiungete infine la crema di latte e il parmigiano grattugiato, mescolate per bene e fate riprendere il bollore per 2 minuti. Distribuite la vellutata nei piatti da portata, guarnite con del petto di pollo, tagliato a julienne, e servite.

*Amante della cucina tradizionale, ma ricercata e preparata con amore ed esperienza, Massimo Malantrucco ha lavorato in numerosi ristoranti e hotel della Capitale. Negli ultimi anni lavora privatamente in Italia e all'estero, è presidente dell'associazione Presidio Italia che si occupa della tutela, valorizzazione e promozione dei prodotti enogastronomici e agroalimentari locali italiani e si dedica all'organizzazione di corsi di cucina (sia a domicilio sia presso la residenza Villa Rocca). È disponibile il calendario dei corsi sulla sua pagina FB Chef Malantrucco. È il creatore di "Numeri da cuoco", la prima serie web dedicata alla cucina. Ogni episodio, pubblicato con cadenza settimanale, viene postato in italiano, inglese, LIS e spagnolo. Vi invita a partecipare al contest fotografico della serie web Numeri da cuoco indetto dall'associazione Presidio Italia, il cui scopo è la valorizzazione e la promozione dei prodotti tipici locali; per saperne di più e partecipare andate sul sito www.numeridacuoco.com.

Minestre, minestre legate, creme e vellutate

In questo numero scopriremo la differenza tecnica che passa tra queste quattro preparazioni i cui nomi sono legati non solo all'aspetto e alla consistenza finale, ma anche al procedimento con cui si ottengono.

Minestre: sono ottenute con base di brodo di carne, pesce o vegetali e possono essere di consistenza più o meno liquida, contenere all'interno pasta o cereali.

Minestre legate: sono delle minestre dalla consistenza cremosa, anche queste preparate con qualsiasi tipo di brodo, a volte latte o semplicemente acqua, e vegetali a piacere che non hanno proprietà addensanti. Necessitano, quindi, per raggiungere una adeguata consistenza, di essere legate (da qui il nome) con aggiunta di amido di mais o di riso, o fecola di patate. Si conclude spesso la preparazione con aggiunta di crema di latte fresca e tuorli. Nel nome della ricetta non si usa utilizzare il nome 'minestra legata' ma si utilizza o 'minestra' o, per lo più, 'crema'.

Creme: si preparano con brodo vegetale o latte, e legumi. In questo caso non c'è necessità di alcun addensante in quanto sono i legumi stessi a legare la nostra crema. Si conclude con aggiunta di crema di latte fresca e tuorli d'uovo.

Vellutate: il procedimento parte da una base di brodo a scelta, vegetale, carne bianca, rossa o pesce. Questo viene legato con un roux ed alla fine vengono aggiunta un purea o una julienne di verdure o di altro ingrediente precedentemente cotti, la quale darà il nome alla vellutata. Si conclude con aggiunta di crema di latte fresca.

CASTAGNE DI BORGO

DOPO IL CALDO ESTIVO LA TAVOLA AUTUNNALE CI RESTITUISCE CALORIE E SAPORI DI STAGIONE: FUNGHI, SALUMI, FORMAGGI, CARNE E, SU TUTTI, LA CASTAGNA. INGREDIENTE SOVRANO DI GUSTOSE RICETTE, DALLE ZUPPE AL DOLCE. SIAMO ANDATI A CERCARLA IN TUSCIA, UNO DEI TERRITORI PIÙ VOCATI

testi e foto di **MASSIMILIANO RELLA**

1

1. Caldarroste fumanti durante la sagra a Vallerano. 2. I bracieri nella piazza di Vallerano. 3. I marroni alla crema Stregata del ristorante Al Poggio, Vallerano. 4. I prodotti tipici locali, venduti durante la festa.

A Vallerano, vicino a Viterbo, ogni fine settimana fino a novembre la castagna (Vallerano dop) regna sovrana. Ce la fanno gustare in piazza e nei menu dei migliori locali della zona, come la taverna della cantina La Stoppa e il ristorante Al Poggio, della famiglia Ferrari: il signor Roberto gestisce bene la sala e la moglie Loretta altrettanto la cucina. I due coniugi, da ottobre a dicembre, propongono da anni una cucina ispirata ai sapori dell'autunno, dedicandoci un menu a base di castagne che ripesca ricette di territorio: ad esempio, il fagiano con i marroni, le fettuccine di farina di castagne al sugo, gli gnocchi di castagne al ragù di cinghiale o l'arista di maiale ai marroni (foto a pag. 102). E poi i dolci, come le castagne mosciarelle (in sciroppo) o il delizioso dolce marroni alla crema Stregata (in foto). La buona cucina del Poggio è anche facile da replicare a casa, seguendo i consigli della signora Loretta: "La caratteristica delle castagne è la

Acquacotta alla "soanese"

Ricetta della Taverna Etrusca, Sovana

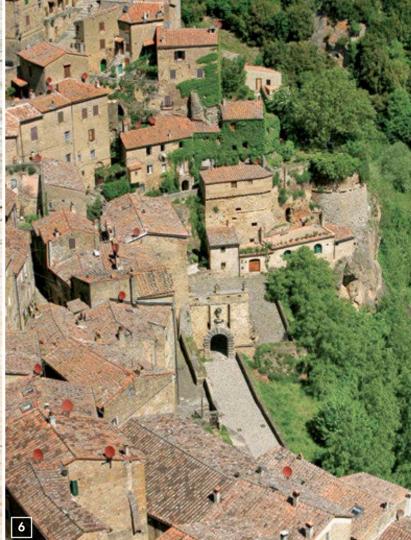
Ingredienti (per 5-6 persone)

1 cipolla grossa; 3-4 carote; 5-6 foglie di sedano con la parte più tenera del gambo 5-6 uova; 1 scatola piccola di pelati San Marzano; 1 mazzetto di bietole; aceto di vino bianco; formaggio grattugiato; qualche fetta di pane raffermo olio extravergine di oliva toscano sale e pepe

Preparazione

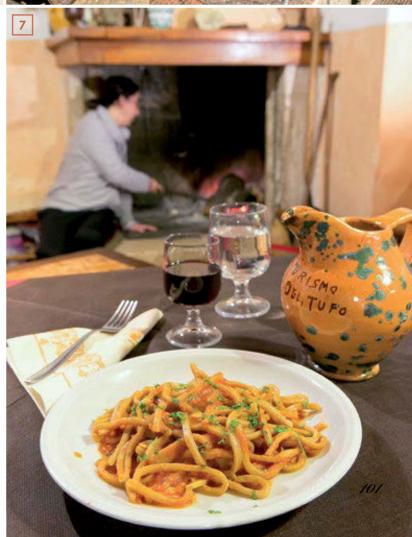
1. Lavate e mondate gli odori, quindi tritateli e fateli appassire in una pentola con un filo di olio per circa 20 minuti; aggiungete i pelati, schiacciandoli con le mani, e fate cuocere ancora per qualche minuto. Coprite con l'acqua, salate e fate cuocere per altri 20-30 minuti.

2. Aggiungete le bietole, pulite e tagliate grossolanamente, e fate cuocere per un'altra mezz'ora. In un pentolino portate a bollore l'acqua salata e acidulata con qualche goccia di aceto. Con l'aiuto di un manico, create un vortice, versate le uova, uno alla volta, proseguite a girare e fate cuocere per pochi minuti.

3. Disponete una fetta di pane tostato in una ciotola o un piatto fondo, cospargete con una manciata di formaggio e versate l'acqua cotta caldissima; mettete un'altra fetta di pane tostato e un altro po' di formaggio grattugiato. Scolate l'uovo in camicia e adagiatelo sopra. Guarnite con un pizzico di pepe e un filo di olio, e servite.

5. Lo stemma dell'Hotel della Fortezza, Sorano. 6. La porta dei Merli, antico accesso alla città di Sorano. 7. I Pici all'Aglione preparati nella trattoria dell'agriturismo Aia del Tufo, Sorano.

dolcezza, quindi richiedono contrasto: ad esempio, con il selvatico della carne di cinghiale (che si nutre anche di castagne), un po' grassa e sfilacciosa nella consistenza. E spezie come alloro, rosmarino, finocchietto selvatico".

La materia prima, qui, è la Castagna di Vallerano dop, eccellenza del territorio. L'azienda Mastrogregori di Canepina, a conduzione familiare, fondata da Aldo e oggi condotta dal figlio Aroldo, è specializzata nella lavorazione di castagne e marroni dei monti Cimini. Vengono confezionate anche gustose "mosciarelle", castagne essiccate che si conservano morbide grazie a una particolare tecnica di lavorazione, e la farina di castagne, dal sapore dolce, ideale per preparare ricette tradizionali, come il castagnaccio, o la focaccia di castagne, pinoli e finocchio. Irresistibili i profumati marroncini sciroppati.

La seconda tappa del nostro itinerario è oltre il confine toscano, nei territori dell'antica Tuscia (o Etruria), che comprendono paesi e borghi incantevoli come

8. I marroni venduti durante la sagra di Vallerano. 9. L'incantevole piazza Pretorio, nel borgo di Sovana. 10. L'Arista di maiale ai marroni, una delle specialità del ristorante Al Poggio, Vallerano.

Sorano e Sovana; che incontriamo appena entrati in provincia di Grosseto. Qui ci attende la nostra ricetta del mese, l'acquacotta alla Soanese, che degustiamo nella Taverna Etrusca. Solo dopo una visita a un caseificio e a una norcineria artigianali, e una passeggiata lungo l'affascinante itinerario culturale del Parco Archeologico "Città del Tufo", d'obbligo. La cooperativa Consorzio Caseificio di Sorano è formata da 120 soci, in gran parte allevatori. Oltre al delicato stracchino da latte vaccino dei pascoli italiani prodotto senza l'uso di conservanti, coloranti e inibitori, meritano ben più di un assaggio i saporiti pecorini. Ottimi il Pecorino di Sorano e il Pecorino di Sorano dop, freschi o stagionati; il Pecorino "Città del Tufo", piccolo e scodellato; il "Morello", riconoscibile dalla buccia nera fatto con fermenti particolari che rendono la pasta bianca e friabile. Tra i formaggi nati da progetti innovativi per una qualità superiore, conquistano il palato il "Pecorino Km 30", dal latte proveniente dal territorio incluso in quella distanza; e il "Firmato", dal latte degli allevatori indicati in etichetta. Poco distante, l'azienda artigianale della famiglia Fratini, macellai e norcini da tre generazioni, oggi gestita dai fratelli Roberto e Giuliano, con 15 dipendenti, lavora suini umbri e di altre regioni, ma sempre forniti da selezionati allevatori di fiducia. Oltre a carne e salsicce fresche, nel negozio annesso al laboratorio sono in vendita i prosciutti e gli insaccati tradizionali prodotti in proprio, come la finocchiona, il salame toscano, la salamella dolce e piccante, le sfiziose coppiette, la saporita pancetta e le guanciole, dalla caratteristica forma ovale. Altre due le tappe da non perdere, a questo punto: la Fortezza Orsini di Sorano e la Necropoli Etrusca di Sovana. L'itinerario si conclude in questo incantevole borgo, tra i vicoli acciottolati silenziosi, le belle case e una piazzetta da annoverare tra i gioielli d'Italia. Sulla quale si affaccia la Taverna Etrusca, locale d'atmosfera che gli chef Demetrio e Antonella gestiscono insieme ai figli. La loro cucina maremmana è il coronamento di un bel viaggio.

MANGIARE

Cantina La Stoppa
Trattoria di cucina casareccia annessa alla cantina con grotte scavate nel tufo per la conservazione di vino e castagne. Conto 20 euro. Via Don Minzoni snc, Vallerano (Vt)
tel. 327 4058716

Aia del Tufo
Accogliente ristorante di cucina campagnola nell'agriturismo biologico della famiglia Morettoni. Conto 3 portate con dolce e bevande 25 euro. Aperto ven/dom; sempre aprile/novembre. Podere Poggio La Mezzadria 8, S. Valentino, Sorano (Gr); tel. 0564 634039 - 329 0805559 www.aiadeltufo.com

Il Talismano
Ottime pizze cotte in forno a legna e piatti tipici con ingredienti genuini preparati da Patrizia e Davide. Conto 30 euro. Chiuso mart. Via S. Marco 37, Sorano (Gr); tel. 0564 633281

Ristorante Al Poggio
Alla cucina tradizionale della famiglia Ferrari si sono ggiunte gustose ricette con castagne locali. Conto medio 3 portate 30 euro, con dolce 35 euro. Lun a cena su prenotazione, chiuso mart. Via G. Ianni 7, Vallerano (Vt); tel. 0761 751248 www.ristorantealpoggio.it

Taverna Etrusca
Bella taverna toscana, gestita da Demetrio Sala e Antonella Criscuolo insieme ai figli. Piatti maremmani e selezionate etichette del territorio. Conto 33 euro, bevande escluse. Aperti lun-dom. Piazza del Pretorio 16, fraz. Sovana, Sorano (Gr) tel. 0564 614113 www.tavernaetrusca.com

DORMIRE

Hotel della Fortezza
Elegante 3 stelle nella medievale Fortezza Orsini, con arredi ottocenteschi. Doppia e colazione da 80 euro. Piazza Cairoli 5, Sorano (Gr); tel. 0564 633549 - 388 1148891

Sovana Hotel & Resort
Raffinato casale rustico 4 stelle con 18 camere in pietra grezza e mobili d'antiquariato. Doppia e colazione da 120 euro. Via del Duomo 66, fraz. Sovana, Sorano (Gr); tel. 0564 617030

B&B Al Poggio
Camere semplici nel piccolo B&B sopra all'omonimo ristorante, vicino al centro del paese. Doppia con colazione 60 euro. Via G. Ianni 7, Loc. Poggio, Vallerano; tel. 0761 751248

SHOPPING

Bandarin
Ceramica artistica smaltata e dipinta dai decoratori e ceramisti Moreno Migliorelli e Laura Corsini. Da metà marzo a novembre sempre aperti 9,30-13 e 14,30-18,30; in inverno chiusi dom. Via Roma 9, Sorano (Gr); tel. 0564 633143

Bar Pasticceria Lupi
Dolci tipici ("sfratti dei Goym" e dolci con la ricotta). Via Ildebrando da Sovana 2, Sorano (Gr) tel. 0564 633021

Consorzio Caseificio di Sorano Punto vendita aperto lun-sab 9-13. Loc. La Fratta 54, Sorano (Gr); tel. 0564 633002 www.caseificiosorano.it

La Cantina dei Sapori
Bottega di prodotti tipici, assaggi di zuppe e taglieri (6-10€) e visita alla cantina. Chiuso mart. Via della Madonnina 2, Sorano (Gr) tel. 333 4233732

Mastrogregori
Zona industriale Cornacchiola, Canepina (Vt) tel. 0761 752325 www.mastrogregori.it

Salumificio Saso Punto vendita aperto mart-ven 8-13. Loc. La Fratta 57, Sorano (Gr) tel. 0564 633185

INFO

Comune di Sorano
Piazza del Municipio 15. Lun-ven 8-14; mart/giov 14,30-17,30; tel. 0564 633023 int 8 uff. Cultura e Turismo www.comune.sorano.gr.it

Ufficio Info Turismo
Piazza Busatti 8, Sorano (Gr); tel. 0564 633099 - 3424; a Sovana in piazza del Pretorio 12/a, tel. 0564 614074 Lun-dom 10-13/15-19, chiuso merc. www.leviecave.it

Sformato e crostini con i fegatini
(pag. 106)

SAPORI di ROMAGNA

PROSEGUE IL VIAGGIO DI MARIA PIA TIMO ALLA SCOPERTA DELLA TRADIZIONE ROMAGNOLA PIÙ AUTENTICA. QUESTO MESE È LA VOLTA DELLE *AZDORE* ROMANA, ENRICA E ANNAMARIA CHE REALIZZANO TRE RICETTE (ANZI QUATTRO) DAI SAPORI TIPICI FORTI E RICCHI

a cura della redazione - foto di ROSSELLA VENEZIA

La polenta dei Manzoni
(pag. 106)

Sformato e crostini con i fegatini

Ingredienti (per 4 persone)

per lo sformato
1/2 l di latte
100 g di parmigiano
1 fetta di pecorino
1 fetta di emmenthal
1 fetta di pecorino
1 fetta di gruyère; 5 uova
60 g di burro (più altro per lo stampo); 50 g di farina
sale

per i crostini
3 fegatini di pollo
qualche fettina di pane casereccio; bacche di ginepro
salvia; capperi
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. In una pentola fate sciogliere il burro con un pizzico di sale; unite la farina, mescolate, versate il latte caldo e fate cuocere fino a ottenere una besciamella molto soda. Incorporate i formaggi tritati, amalgamate e fate intiepidire.

2. Sbattete le uova con un pizzico di sale, unitele al tutto e amalgamate accuratamente. Versate il composto in uno stampo ad anello, ben imburrato, e infornate a bagnomaria a 180 °C per circa 30 minuti.

3. Per i crostini: mettete i fegatini di pollo in acqua fredda e portateli a bollore. Scolateli, lavateli e rimetteteli in pentola a bollire: ripetete la stessa operazione per altre due volte. Dopo il terzo bollore, fateli rosolare in padella con abbondante olio. Raccogliete i fegatini in un mixer da cucina e frullate; aggiungete a piacere le bacche di ginepro, i capperi e la salvia, e tritate ancora. Spalmate la crema ottenuta sulle fette di pane casereccio e servite con lo sformato tiepido.

La polenta dei Manzoni

Ingredienti (per 4 persone)

1,5 l di latte
350 g di farina per polenta (più altra per lo stampo)
2-3 salsicce
300 g di salsa di pomodoro
50 g di burro (più altro per lo stampo)
vino bianco trebbiano
parmigiano grattugiato
olio extravergine; sale

Preparazione

1. In una casseruola raccogliete il latte, mettete sul fuoco e portate a bollore; versate a pioggia la farina per polenta, salate e fate cuocere, mescolando in continuazione con una frusta, per circa mezz'ora. Quando la polenta sarà cotta, levate, aggiungete il burro e abbondante parmigiano, e amalgamate per bene.

2. In una padella fate rosolare le salsicce, spellate e sgranate con i rebbi di una forchetta, con un filo di olio; sfumate con un goccio di vino, aggiungete la salsa di pomodoro e fate cuocere per circa 20 minuti. Regolate infine di sale.

3. Imburrate uno stampo decorato e cospargetelo con la farina per polenta. Versate due terzi di polenta, create una nicchia centrale e mettete all'interno il sugo lasciandone da parte un po' per la decorazione finale.

4. Chiudete con la polenta restante e infornate a 200 °C per circa 45 minuti. Quando la polenta si sarà ben "consolidata", levate e lasciate raffreddare. Sformate su un piatto da portata, guarnite con il sugo di salsiccia restante e servite.

Tortelli e tortellini di marroni

Ingredienti (per 4 persone)

per il ripieno
1/2 kg di marroni lessati
1/2 l di latte
1 bacca di vaniglia
1 bustina di vanillina
1/2 tazzina di alchermes
2 cucchiai di rum
2 cucchiai di zucchero

per i tortelli salati
1 uovo; 100 g di farina

per i tortellini dolci
150 g di farina
20 g di strutto; sale; latte

vi servono inoltre
zucchero; pecorino; olio extravergine; sale e pepe

Preparazione

1. Per il ripieno: raccogliete i marroni in una pentola con il latte e i semi di vaniglia; mettete sul fuoco e fate cuocere fino a quando saranno sfatti. Levate e passate a un passaverdura. Aggiungete la vanillina, l'alchermes, il rum e lo zucchero, mescolate e fate riposare.

2. Per i tortelli: fate la classica fontana con la farina, unite al centro l'uovo e impastate per bene. Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per una mezz'ora. Stendete l'impasto in una sfoglia sottile. Distribuite sopra noci di ripieno, mettendole a intervalli regolari, ripiegate la sfoglia e premete i bordi. Con una rotella ricavate tanti tortelli.

3. Per i tortellini: amalgamate lo strutto con la farina, un pizzico di sale e il latte necessario a ottenere un composto sodo. Stendetelo e con un coppapasta ricavate tanti dischetti; distribuite un po' di ripieno e ripiegate a mezzaluna. Friggete i tortelli in abbondante olio ben caldo; quando saranno dorati, scolateli e fateli asciugare su carta assorbente da cucina. Passateli nello zucchero e raccoglieteli in una ciotolina. Lessate i tortelli in acqua leggermente salata. Quando vengono a galla, scolateli e conditeli con un filo di olio e il pecorino grattugiato. Impiattate, pepate e servite.

Tortellini
di marroni
Tortelli
di marroni

L'OLIO IN TOUR

ALIMENTO FONDANTE DELLA DIETA MEDITERRANEA, L'OLIO EXTRAVERGINE DI OLIVA È UN INGREDIENTE INSOSTITUIBILE DELLA TRADIZIONE NOSTRANA, CAPACE DI ESALTARE E COMPLETARE IL SAPORE DEI PIATTI A CUI È ABBINATO. A PATTO CHE SIA DI QUALITÀ E CENTO PER CENTO ITALIANO

a cura della redazione - foto di SABRINA ROSSI

Pasta chi vrocculi arriminati
(pag. 110)

Orecchiette con broccolo lardo e pane croccante
(pag. 110)

Pasta chi vrocculi arriminati

Ingredienti (per 4 persone)

350 g di paccheroni
1 cavolfiore piccolo
50 g tra pinoli già pelati e uvetta già ammollata
1 cipolla
3 acciughe sotto sale
1 ciuffo di basilico
1 bustina di zafferano in polvere
pecorino stagionato grattugiato
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Lavate il cavolfiore, mondatelo e lessatelo in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatelo ancora al dente e tenetelo da parte. Affettate sottilmente la cipolla. Versate abbondante olio in una casseruola, unite la cipolla e fatela stufare. Aggiungete lo zafferano, diluito in poca acqua, e il cavolfiore, e lasciate insaporire.

2. Lavate le acciughe per eliminare il sale di conservazione. Tamponatele con un foglio di carta assorbente da cucina e stemperatele a fuoco basso in un padellino con un filo di olio. Unite l'uvetta e i pinoli, mescolate e lasciate insaporire.

3. Lessate la pasta in abbondante acqua bollente leggermente salata. Scolatela al dente e fatela saltare in una padella con i condimenti preparati. Spolverizzate con abbondante pecorino, guarnite con il basilico e servite subito con un filo di olio a crudo.

Orecchiette con broccolo lardo e pane croccante

Ingredienti (per 4 persone)

350 g di orecchiette
500 g di broccolo (oppure cime di rapa)
100 g di lardo
50 g di mollica di pane di semola
60 g di canestrato pugliese grattugiato
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate il lardo a listerelle sottili e fatelo rosolare a fuoco lento in una padella con un filo di olio. Aggiungete la mollica di pane, sbriciolata grossolanamente, e fate cuocere finché diventa dorata e croccante.

2. Mondate il broccolo e riducetelo in cimette. Versate le cimette in abbondante acqua bollente leggermente salata. Quando saranno quasi cotte, aggiungete le orecchiette. Scolate le cimette e la pasta (che dovrà risultare bene al dente) e trasferitele nella padella con il condimento.

3. Padellate per un minuto a fuoco vivace, spolverizzate con il formaggio grattugiato, profumate con una macinata di pepe e servite, con un filo di olio a crudo.

Medaglioni di filetto farciti con patate viola e pecorino

Ingredienti (per 4 persone)

4 medaglioni di filetto da 150 g l'uno
100 g di pecorino non troppo stagionato
250 g di patate viola
1/2 bicchiere di vino rosso Piceno Superiore
4 fette di pane casereccio
farina 00
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Raccogliete le patate in una casseruola, copritele di acqua fredda e lessatele per 30 minuti a partire dal bollore. Poi, scolatele, sbucciatele e passatele allo schiacciapatate, raccogliendo il passato in una ciotola con un filo di olio. Lasciate raffreddare, unite il pecorino, tritato al coltello, regolate di sale, pepate e amalgamate.

2. Con un coltello dalla lama ben affilata incidete i medaglioni dalla parte dello spessore per ricavare una sorta di tasca, quindi, farciteli con il ripieno preparato. Legate i medaglioni con spago da cucina, passateli nella farina, premendoli leggermente con le mani per farla aderire, e tenete da parte per un paio di minuti.

3. Scaldate un filo di olio in una padella capiente e cuocete i filetti, 2 minuti per lato. Spruzzateli con il vino e fate sfumare. Distribuite i filetti nei piatti individuali, ciascuno su una fetta di pane, tostato in forno e rifilata a misura. Irrorate con il fondo di cottura e con un filo di olio a crudo, e serviteli.

Medaglioni di filetto farciti con patate viola e pecorino

Trote al pane
(pag. 114)

Fave e cicoria
(pag. 114)

Trote al pane

Ingredienti (per 4 persone)

4 trote piccole già pulite ed eviscerate
100 g di olive verdi già snocciolate
1 ciuffo di menta
1 mela
300 g di mollica di pane
1 limone
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sbucciate la mela, eliminate il torsolo e tritatela. Tritate anche la mollica di pane, la menta e le olive. Raccogliete tutto in una ciotola e amalgamate.

2. Lavate e asciugate le trote e farcitele con il ripieno preparato. Conditele esternamente con un pizzico di sale e una macinata di pepe, e disponetele in una teglia da forno, foderata con carta forno.

3. Irrorate le trote con un filo di olio, mettete in forno già caldo a 180 °C e fate cuocere per una ventina di minuti. Trascorso il tempo, levate e servite, con un filo di olio a crudo, guarnendo con qualche fettina di limone.

Fave e cicoria

Ingredienti (per 4 persone)

500 g di fave secche già ammollate
500 g di cicoria di campo
4 spicchi di aglio
1 cucchiaio di concentrato di pomodoro
peperoncino
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Mondate la cicoria e sbollentatela per qualche minuto in abbondante acqua bollente, leggermente salata. Scolatela e tenetela da parte. Nella stessa acqua di cottura, lessate le fave per circa mezz'ora. Poi scolatele e sbucciatele (tenendo da parte le bucce).

2. Tritate l'aglio e fatelo soffriggere dolcemente in una casseruola con un filo di olio extravergine, senza farlo scurire. Unite le bucce delle fave e lasciate insaporire per qualche minuto.

3. Aggiungete il concentrato di pomodoro, stemperato in un cucchiaio di acqua, profumate con un po' di peperoncino tritato (secondo il vostro gusto) e fate cuocere 1 minuto ancora. Levate, lasciate intiepidire e frullate tutto.

4. Rimettete tutto sul fuoco, aggiungete la cicoria e fatela saltare a fuoco vivace per pochi minuti. Unite le fave, e lasciate insaporire. ALevate e servite con un filo di olio a crudo.

Pane al pomodoro e basilico

Ingredienti (per 1 forma)

600 g di farina 00
60 g di concentrato di pomodoro
1 ciuffo di basilico
50 g di olio extravergine di oliva
20 g di lievito; 15 g di sale

Preparazione

1. Sciogliete il lievito in 2 dl di acqua. Setacciate la farina sulla spianatoia, fate la classica fontana, unite al centro il lievito, il concentrato, le foglie di basilico, sminuzzate con le mani, l'olio e il sale, e lavorate per una quindicina di minuti fino a ottenere un impasto omogeneo ed elastico.

2. Stendete l'impasto con il matterello e arrotolatelo a cilindro, piegando le parti esterne verso l'interno. Disponete il cilindro su una teglia, foderata con carta forno, e lasciate lievitare fino al raddoppio del volume. Mettete in forno già caldo a 200 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Levate e servite.

OLIO E CIBO

Note di abbinamento

L'olio extravergine di oliva è tale se non presenta difetti e se ha un livello di acidità non superiore allo 0,8% g/litro. Per il "semplice" consumatore i parametri importanti cui fare riferimento sono: il fruttato, l'amaro e il piccante. Perché importanti? Perché grazie a essi è possibile determinare la tipologia di un olio e di conseguenza abbinarlo al meglio a questa o a quell'altra pietanza.

Un po' di ordine

- **Fruttato**: con questo termine si definisce l'insieme dei profumi di un olio anche in termini di ampiezza e intensità. Il fruttato di un olio può essere leggero, medio o intenso.
- **Amaro**: è determinato dalla ricchezza di polifenoli. Quando si assaggia un olio, tanto maggiore è la percezione della sua componente amara, tanto più l'olio è complesso e ricco da un punto di vista chimico e organolettico.
- **Piccante**: anche questa componente è percepibile solo all'assaggio. Come l'amaro, è direttamente collegata alla quantità di polifenoli presenti nell'olio.

Il fruttato, l'amaro e il piccante di un olio sono diretta conseguenza di fattori diversi: il clima, la collocazione delle piante, la varietà di cultivar, il tempo di maturazione delle drupe (le olive), la metodologia di raccolta (brucatura a mano, per scuotimento, per caduta), la tipologia di lavorazione e molti altri ancora. Attenzione: un olio che non presenta una o più di queste tre componenti, non è un olio extravergine di oliva.

Pane al pomodoro e basilico

SPEZZATINI D'AUTUNNO

PREPARATI CON TAGLI DI CARNE MENO PREGIATI, FATTI A DADINI E POI SOTTOPOSTI A UNA COTTURA PROLUNGATA IN UMIDO, GLI SPEZZATINI SONO UN GRANDE CLASSICO DELLA TRADIZIONE ITALIANA. RIVISITATI IN CHIAVE GOURMET E ABBINATI AD AROMI E SAPORI DI STAGIONE, VENGONO TUTTI ARRICCHITI DA CREME E SUGHETTI GOLOSI

di EMANUELA BIANCONI ricette di MASSIMO PICCHERI (Le Officine del Gusto, Roma) - foto e styling di ELISA ANDREINI

Spezzatino di vitella con vellutata di ceci e crumble di pancetta

Ingredienti (per 4 persone)

900 g di polpa di vitella
500 g di ceci secchi già ammollati in acqua
1/2 bicchiere di crema di latte
4 fette di pancetta tesa
1 cipolla
1 rametto di rosmarino
brodo di carne
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate la polpa di vitella a cubetti. In una padella fate appassire la cipolla, tritata, con un filo di olio; mettete la carne e fate rosolare su fiamma vivace per circa 10 minuti. Bagnate con un mestolo di brodo caldo, incoperchiate e fate cuocere per circa 1 ora.

2. Nel frattempo lessate i ceci in abbondante acqua; una volta cotti, scolateli e raccoglieteli in un mixer da cucina. Unite la crema di latte e il rosmarino, e frullate fino a ottenere una crema della giusta densità. Regolate di sale e di pepe.

3. In una padella ben calda disponete le fette di pancetta e fatele cuocere fino a renderle dorate e croccanti (per rendere la pancetta ancora più croccante, trasferitela in freezer per circa 1 ora prima di cuocerla). Tritate la pancetta al coltello.

4. Distribuite la vellutata di ceci nei piatti da portata, completate con lo spezzatino e il crumble di pancetta croccante, e servite.

SCUOLA DI CUCINA

Spezzatino di manzo in crema di gorgonzola e radicchio con pioggia di noci

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di polpa di manzo
300 g di gorgonzola
1 cespo di radicchio tondo
10 gherigli di noce
50 g di burro
brodo vegetale
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale e pepe

1 FATE ROSOLARE LA CARNE

Tagliate a cubetti la polpa di manzo. In una padella scaldate un filo di olio, disponete i cubetti di carne e fateli rosolare per circa 10 minuti su fiamma vivace.

2 SFUMATE CON IL VINO

Bagnate con 1 bicchiere di vino bianco e lasciate sfumare, quindi incoperchiate, abbassate la fiamma e fate cuocere per circa 1 ora, versando di tanto in tanto un goccio di brodo caldo o di acqua. Regolate infine di sale e di pepe.

3 PASSATE AL RADICCHIO

Nel frattempo mondate e sciacquate accuratamente il radicchio. Tagliatelo a spicchi e grigliateli su una piastra ben calda. Levate e tagliate infine il radicchio a listerelle.

4 COMPLETATE E SERVITE

In un pentolino raccogliete il burro e il gorgonzola, tagliato a dadini, mettete sul fuoco a fiamma dolce e fate sciogliere. Unite il radicchio e amalgamate per bene. Distribuite lo spezzatino nei piatti da portata, nappate con la crema di gorgonzola, cospargete con i gherigli di noce e servite.

Spezzatino di maiale in crosta di pepe e purè di patate al sale affumicato

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di polpa di maiale
6 patate grandi
40 g di burro
2 dl di latte
1 cipolla
1 costa di sedano
1 carota
parmigiano
vino bianco
olio extravergine di oliva
sale affumicato
sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate a cubetti la polpa di maiale. Mondate e tritate finemente gli odori, quindi fateli soffriggere in una casseruola con un filo di olio; disponete i cubetti di maiale e fateli rosolare per circa 10 minuti su fiamma vivace. Regolate infine di sale.

2. Passate i cubetti di carne nel pepe e fate aderire perfettamente la panatura. Trasferiteli in una teglia da forno, tenendo da parte la casseruola con il fondo di cottura, bagnateli con 1 bicchiere di vino e infornate a 130 °C per circa mezz'ora (la temperatura al cuore dovrà essere di 72 °C).

3. Nel frattempo lessate le patate in acqua salata, quindi scolatele, sbucciatele e schiacciatele con uno schiacciapatate fino a ridurle in purea. Raccoglietela in una pentola e mettete sul fuoco a fiamma media. Unite il latte, il burro, una spolverizzata di parmigiano grattugiato e un pizzico di sale, e fate cuocere fino a ottenere un purè morbido e cremoso.

4. Frullate il fondo di cottura dello spezzatino e passatelo a un colino a trama fitta. Distribuite il purè nei piatti da portata e adagiate sopra lo spezzatino. Nappate con il fondo di cottura, spolverizzate con un pizzico di sale affumicato e servite.

Spezzatino di cinghiale con mousse di grana e scaglie di tartufo

Ingredienti (per 4 persone)

800 g di carne di cinghiale
100 g di grana grattugiato
130 g di panna fresca
1 foglia di alloro; 1 cipolla
1 tartufo nero; 1 noce di burro
vino bianco; vino rosso
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Tagliate la carne di cinghiale a cubetti. Raccoglieteli in una ciotola, unite l'alloro e 1/2 cipolla, coprite con il vino rosso e lasciate marinare per una notte intera. In una padella fate appassire la cipolla restante, tritata, con un filo di olio. Unite la carne di cinghiale e fatela rosolare per circa 10 minuti su fiamma vivace.

2. Sfumate con 1 bicchiere di vino bianco, incoperchiate e fate cuocere su fiamma bassa per almeno 2 ore. Nel frattempo preparate la mousse: portate a bollore la panna e unitela al grana e al burro. Mescolate, regolate di sale e trasferite in frigorifero.

3. Distribuite lo spezzatino nei piatti da portata, accompagnate con la mousse di grana, guarnite con il tartufo, ridotto in scaglie, e servite.

Spezzatino di pollo ruspante ai funghi in fricassea

Ingredienti (per 4 persone)

1 petto di pollo; 5 champignon; 3 porcini 1 scalogno; 3 cucchiai di panna fresca il succo di 1 limone; 1 tuorlo; 1 ciuffo di prezzemolo; vino bianco; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Tagliate il petto di pollo a cubetti. Pulite i funghi e riduceteli a pezzi della stessa dimensione della carne. In una padella fate appassire lo scalogno, tritato, con un filo di olio; disponete i bocconcini di pollo e fateli rosolare per circa 3 minuti.

2. Sfumate con 1/2 bicchiere di vino, unite i funghi, incoperchiate e lasciate cuocere per circa 6 minuti. In una ciotola amalgamate la panna con il succo di limone, il tuorlo e un pizzico di sale e di pepe. Versate nella padella con la carne, mescolate velocemente e infine spegnete. Impiattate, guarnite con il prezzemolo tritato e servite.

Spezzatino di anatra in agrodolce

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di polpa di anatra
1 cipolla di Cannara
10 prugne snocciolate
1 peperone rosso
1 cucchiaio di aceto di riso
1/2 bicchiere di vino bianco
1-2 rametti di timo
olio di sesamo
sale di Maldon

Preparazione

1. Lavate il peperone e asciugatelo con carta assorbente da cucina. Fatelo arrostire sotto il grill del forno, quindi raccoglietelo in un sacchetto di carta per il pane e fatelo raffreddare. Spellatelo, eliminate semi e coste bianche interne e infine frullatelo fino a ottenere una crema.

2. Tagliate la polpa di anatra a cubetti. Raccoglieteli in una ciotola, unite la crema di peperone, un pizzico di sale, 1/2 cipolla, tritata, e l'aceto di riso. Mescolate per bene e lasciate marinare il tutto in frigorifero per circa 1 ora.

3. In una padella scaldate 4 cucchiai di olio di sesamo, aggiungete la cipolla restante, tritata, e fatela appassire; disponete i cubetti di carne e fateli dorare su fiamma vivace per 5 minuti. Sfumate con il vino, aggiungete le prugne snocciolate, incoperchiate, abbassate la fiamma e fate cuocere per una decina di minuti. Spegnete e fate riposare per qualche minuto, quindi impiattate, guarnite con il timo e servite.

Ho FOGLIA di TE!

LE ERBE COSIDDETTE AMARE, COME CICORIE, SCAROLE, CAVOLI E RADICCHI, SONO LE PROTAGONISTE DELLA CUCINA D'AUTUNNO. FONTE PREZIOSA DI VITAMINE E ANTIOSSIDANTI, VANNO CONSUMATE CON REGOLARITÀ E IN ABBONDANZA. NULLA DI PIÙ SEMPLICE. GRAZIE ALLE RICETTE QUI PROPOSTE, TALMENTE GOLOSE DA CONQUISTARVI AL PRIMO ASSAGGIO!

a cura della redazione; ricette di ALICE ADAMS - foto di MARIE SJÖBERG

Involtini di cavolo rosso con riso e carote arrosto

Ingredienti (per 4 persone)

1 cavolo rosso
200 g di riso arborio
4-5 mazzetti di carote
1 rametto di rosmarino
parmigiano
burro
olio extravergine di oliva
sale

Preparazione

1. Pelate le carote e trasferitele in una pirofila; conditele con un filo di olio, un pizzico di sale e il rosmarino tritato, infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 20 minuti. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e tenete da parte.

2. Lessate il riso in acqua bollente e salata, scolatelo e conditelo con una noce di burro, una manciata di parmigiano grattugiato e le carote arrosto, tagliate a dadini (tenetene da parte qualcuna intera per la decorazione finale).

3. Lavate il cavolo e tagliate la base, quindi sfogliatelo e prelevate le foglie più esterne. Lessatele in acqua bollente e salata, quindi scolatele e disponetele su un canovaccio pulito. Farcitele con un cucchiaio abbondante di riso e chiudetele, ripiegando le estremità. Disponetele nei piatti da portata, guarnite con le carote tenute da parte e servite.

Calzoncini di radicchio con pancetta e noci

Ingredienti (per 6 persone)

2 cespi di radicchio trevigiano; 2 scalogni; 100 g di pancetta
50 g di gherigli di noce; zucchero; olio extravergine di oliva; sale e pepe

per la pasta: **250 g di farina 00; 4 cucchiai di olio extravergine di oliva**
4 cucchiai di acqua fredda; sale

Preparazione

1. Per la pasta: fate la classica fontana con la farina e unite al centro l'olio, l'acqua e un pizzico di sale; impastate per bene fino a ottenere un composto sodo e omogeneo, formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare per almeno mezz'ora.

2. Mondate il radicchio, sciacquate accuratamente le foglie e tagliatele a listerelle. In una padella fate appassire gli scalogni, tritati, con un filo di olio; unite la pancetta, fatta a dadini, e il radicchio, e lasciate cuocere per una decina di minuti. Aggiungete un cucchiaio di zucchero, aggiustate di sale e di pepe, e lasciate insaporire per 1 minuto ancora. Spegnete e fate raffreddare.

3. Quando il tutto sarà ben freddo, incorporate i gherigli di noce, tritati grossolanamente. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta in una sfoglia spessa circa 1/2 cm e, con un coppapasta da 10 cm di diametro, ricavate tanti dischetti. Distribuite il ripieno al centro, bagnate i bordi con un goccio di acqua e chiudete a semicerchio, sigillando bene i bordi.

4. Scaldate abbondante olio in padella e friggete i calzoncini fino a doratura. Scolateli, fateli asciugare su carta assorbente da cucina e servite ben caldi.

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta

300 g di farina (tra farina 00 e semola rimacinata)
3 uova; sale

per il ripieno

2 patate rosse già lessate
100 g cicoria già lessata e tritata
50 g parmigiano grattugiato
sale e pepe

per il condimento

1 ciuffo di salvia
burro

Preparazione

1. Per il ripieno: sbucciate le patate e schiacciatele con uno schiacciapatate raccogliendo la purea ottenuta in una ciotola; unite la cicoria, il parmigiano e un pizzico di sale e di pepe, e amalgamate per bene.

2. Per la pasta: fate la classica fontana con la farine, setacciate e miscelate tra loro; unite al centro le uova e un pizzico di sale, e impastate fino a ottenere un composto sodo e omogeneo. Formate una palla, coprite con un canovaccio e lasciate riposare per almeno mezz'ora.

3. Trascorso il tempo di riposo, stendete la pasta fino a ottenere due foglie sottili; distribuite su una sfoglia noci di ripieno, ben distanziate tra di loro. Bagnate un pennello con un pochino di acqua e spennellate la sfoglia intorno al ripieno. Coprite con l'altra sfoglia, schiacciate intorno al ripieno con la punta delle dita e sigillate bene i bordi.

4. Con una rotella dentellata ritagliate la sfoglia in tanti ravioli. Lessateli in acqua bollente e salata, scolateli al dente e conditeli con il burro fuso e le foglioline di salvia fritta. Impiattate e servite.

Insalata di radicchio cavolo verza e carote

Ingredienti (per 4 persone)

1/2 cespo di cavolo verza
1 cespo di radicchio trevigiano
2 carote
1 cipolla rossa di Tropea
aceto di mele
senape di Digione
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Mondate il cavolo e il radicchio, lavateli accuratamente e tagliateli a listerelle sottili. Spuntate le carote, pelatele e tagliatele a julienne. Fate la cipolla a fettine sottili e raccogliete tutte le verdure in una ciotola capiente.

2. In una barattolino di vetro versate 1 cucchiaio di senape, 3 cucchiai di olio e 1 cucchiaio di aceto di mele; aggiungete un pizzico di sale e di pepe, chiudete e agitate energicamente per mescolare gli ingredienti. Condite l'insalata con l'emulsione preparata, portate in tavola e servite.

Scarola alla napoletana

Ingredienti (per 4 persone)

400 g di scarola già pulita; 2 spicchi di aglio
10 g di pinoli già pelati e tostati; 20 g di uvetta
10 g di capperi; 50 g olive nere di Gaeta
2 acciughe sottosale; 1 peperoncino
olio extravergine di oliva; sale

Preparazione

1. Mettete l'uvetta in ammollo in acqua tiepida per una decina di minuti. Diliscate e sciacquate le acciughe sottosale. In una padella fate rosolare l'aglio con un filo di olio e un pizzico di peperoncino; aggiungete la scarola, salate, incoperchiate e fate stufare per una decina di minuti mescolando di tanto in tanto.

2. Aggiungete l'uvetta, ben strizzata, i pinoli, i capperi, le olive e le acciughe, mescolate e lasciate cuocere su fiamma vivace per qualche minuto. Spegnete, aggiustate eventualmente di sale e condite con un filo di olio a crudo. Impiattate e servite.

CHE BARBA...

...CHE NOIA? NON A TAVOLA. GRAZIE AL FINOCCHIO E ALLA SUA VERSATILITÀ IN CUCINA. DALL'AROMA PECULIARE – GRAZIE ALLA PRESENZA DI ANETOLO – E DAL GUSTO DOLCE E DELICATO, DONA AI PIATTI SAPORI E CONSISTENZE DAVVERO SORPRENDENTI

a cura della redazione; ricette di ALICE ADAMS
foto di MARIE SJÖBERG

Torta rustica con finocchi grigliati e provolone

Ingredienti
(per 4 persone)

250 g di pasta sfoglia rettangolare
2 finocchi
2 scalogni
100 g di provolone
olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Lavate accuratamente i finocchi, mondateli e tagliateli a metà; rimuovete il torsolo centrale e tagliateli a fettine spesse circa 1 cm. Ungetele con un filo di olio e grigliatele su una piastra non troppo calda. Tagliate il provolone a dadini e affettate gli scalogni.

2. Stendete la pasta sfoglia e ritagliatela in 9 rettangoli; disponete sopra il provolone a dadini, gli scalogni e i finocchi grigliati, e condite con un filo di olio e un pizzico di sale e di pepe. Trasferite in una teglia, rivestita con carta forno, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti o comunque fino a doratura. Sfornate e servite immediatamente.

Vellutata di finocchi e patate

Ingredienti (per 4 persone)

4 finocchi
4 patate
1 cipolla piccola
1 l di brodo di pollo (o vegetale)
2-3 fette di pane raffermo
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciacquate i finocchi, mondateli e tagliateli a fettine (tenete da parte la barba); sbucciate le patate e fatele a dadini. In una casseruola fate appassire la cipolla, tritata finemente, con un filo di olio; unite le verdure e fate stufare per una decina di minuti.

2. Coprite con il brodo e fate cuocere per circa 20 minuti su fiamma media. Regolate di sale e profumate con una macinata di pepe. Con un mixer a immersione frullate il tutto fino a ottenere una vellutata liscia e omogenea.

3. In una padella scaldate un filo di olio, mettete le fette di pane raffermo, tagliate a pezzetti, e fatele dorare su fiamma vivace. Distribuite la vellutata nei piatti da portata, guarnite con i crostini di pane e la barba dei finocchi, profumate con una macinata di pepe e servite.

Quiche di finocchi e cipolle caramellate

Ingredienti (per 4 persone)

per la pasta
250 g di farina (00 e semola rimacinata)
125 g di burro
1 uovo; sale

per il ripieno
5 uova; 50 ml di panna
50 g di parmigiano grattugiato; 2 finocchi
2 cipolle; 2 cucchiaini di zucchero
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Per la pasta: setacciate le farine in una ciotola e unite al centro il burro, tagliato a dadini, e un pizzico di sale; amalgamate con la punta delle dita fino a ottenere tante grosse briciole. Incorporate l'uovo e impastate velocemente fino a ottenere un impasto sodo e omogeneo (se necessario, aggiungete un goccio di acqua). Formate una palla, avvolgete con pellicola trasparente e lasciate riposare in frigorifero per almeno 1 ora.

2. Lavate i finocchi, mondateli, tagliateli in quarti ed eliminate il torsolo centrale. Tritate le cipolle e fatele appassire in una casseruola con un filo di olio; quando saranno morbide e lucide, aggiungete lo zucchero, un pizzico di sale e qualche cucchiaio di acqua, e fate cuocere ancora per 5 minuti. Prelevate la cipolla, mettete i finocchi e fateli stufare per 10 minuti a fuoco lento.

3. Stendete la pasta in una sfoglia spessa circa 1 cm e rivestitevi una tortiera, foderata con carta forno. Coprite con un altro foglio di carta forno e riempite con i fagioli secchi. Infornate a 180 °C e fate cuocere per circa 15 minuti.

4. Nel frattempo mescolate le uova con la panna, il parmigiano grattugiato e un pizzico di sale e di pepe. Trascorso il tempo di cottura, levate ed eliminate i fagioli. Distribuite le cipolle e i finocchi, versate il composto a base di uova e infornate nuovamente a 180 °C per circa 40 minuti, o comunque fino a doratura. Sfornate e servite.

TUTTI i VINI d'AUTUNNO

MENTRE LE VIGNE SI COLORANO DI ROSSO SCEGLIAMO I PIÙ BUONI ASSAGGI PER LA TAVOLA DI NOVEMBRE

di ALESSANDRO APOLITO

La cucina autunnale consente sperimentazioni, prove, abbinamenti innovativi con tutte le tipologie di vino. Dallo spumante al rosati, da bianchi strutturati a rossi intensi, a novembre vi proponiamo un piccolo tour nazionale tra i migliori prodotti enologici d'Italia. Per l'abbinamento è bene ricordare che dobbiamo cercare di esaltare piatto e vino in un vero matrimonio di gusto. Poche semplici regole le ha messe a punto la fondazione italiana sommelier, un punto di riferimento nel settore della formazione e della cultura del vino. Si parte dalle caratteristiche del piatto e si affianca alle peculiarità del vino. Quando ci sono punti di contatto e di armonia... il piacere è garantito. Fate una prova delle ricette che suggeriamo insieme ai vini e regalatevi attimi di gioia gastronomica!

PRIMO

FALERNO DEL MASSICO VILLA MATILDE

Ha radici millenarie questo vino che era già protagonista sulle tavole dei Romani, che ne decantavano le lodi e lo usavano per i banchetti migliori. Eccola in un calice la Campania felix, che esiste ancora anche grazie alla passione e alla competenza di aziende come Villa Matilde. In assaggio si apprezza la sua finezza ed eleganza, insieme ai suoi richiami alla banana e alla pesca gialla.

IDEALE CON:

Lasagnette di spigola su crema di zucchine con pomodori concassé *(pag. 149)*

SECONDO

PLENTIS GRECHETTO TERRE DE LA CUSTODIA

La Famiglia Farchioni cura la terra umbra ricavandone frutti straordinari. Nota per la produzione d'olio extravergine d'oliva di qualità, è diventata anche valida azienda di produzione di vini d'eccellenza col progetto Terre de la Custodia. Un packaging elegante, quasi medievale, caratterizza tutta la linea. Questo Plentis è un bianco di eccellente bouquet, con richiami di pesca e ananas e un gusto deciso molto legato al territorio di provenienza.

IDEALE CON:

Spigola scottata su crema di patate e scarola *(pag. 153)*

SECONDO

NERO D'AVOLA PLUMBAGO PLANETA

Che tocco questo Nero d'Avola. Sorprende la carezza di mora che regala subito al primo assaggio. Lo si ritorna ad analizzare al naso e insieme ai frutti rossi ci sono richiami floreali di viola e di prugna matura. Al sorso è fresco, con tannini ottimamente bilanciati e un equilibrio complessivo che lo rende una bellissima espressione del terroir siciliano.

IDEALE CON:

Spezzatino di cinghiale con mousse di grana e scaglie di tartufo *(pag. 121)*

L'intruso

PRIMO

TERZA RIMA BIRRA AMBRATA

Ha un nome importante questa birra del Gruppo Togni, perché la terza rima o rima dantesca è una struttura metrica originale creata da Dante Alighieri con cui scrisse il suo più grande capolavoro: la Divina Commedia. A cotanta altezza corrisponde un prodotto fresco, di grande bevibilità e piacevolezza. Facile da abbinare a molti piatti della cucina tradizionale dell'autunno.

IDEALE CON:

Gramigna con zucca e porcini *(pag. 78)*

IL SAPORE della VITTORIA

COME REALIZZARE UNA PIZZA VINCENTE? CE LO SPIEGANO CRISTIAN MARASCO E MARCO RUFINI, PRIMO E QUARTO CLASSIFICATI DI ALICE MASTERPIZZA, SFIDA TELEVISIVA TRA PIZZAIOLI PROFESSIONISTI TARGATA ALICE TV. GRAZIE AI PREZIOSI CONSIGLI E ALLE GOLOSE RICETTE POTREMO ASSAPORARE ANCHE NOI IL GUSTO DELLA VITTORIA

a cura della redazione; ricette di CRISTIAN MARASCO E MARCO RUFINI - foto di MARIANNA FRANCHI e ROSSELLA VENEZIA

Pizza saporita
(pag. 138)

Pizza Italia mondiale
(pag. 138)

Pizza saporita

Ingredienti (per 4 pizze)

per l'impasto
1 kg di farina 1
100 g di semola di grano duro rimacinata per panificazione
7,4 dl di acqua (67% del peso totale delle due farine)
2,5 g di lievito di birra
25 g di sale

per la farcitura
12 pomodori pelati
2 cipolle rosse
320 g di mozzarella
2 salsicce
120 g di 'nduja
1 ciuffo di prezzemolo
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Versate tutta l'acqua in una ciotola. Aggiungete il lievito e la semola rimacinata e stemperate perfettamente. Unite la farina 1 e lavorate finché l'acqua sarà completamente assorbita.

2. Aggiungete il sale e lavorate ancora fino a ottenere un impasto liscio e omogeneo. Coprite, mettete in frigo e lasciate riposare per un giorno. Trascorso il tempo, levate, riprendete l'impasto e dividetelo in panetti da 250 g. Quindi copriteli e lasciateli riposare per 3 ore a temperatura ambiente.

3. Per la farcitura, spellate e sgranate le salsicce; tagliate a fette sottili le cipolle; schiacciate i pomodori con i rebbi di una forchetta.

4. Prendete un panetto e stendetelo in una sfoglia rotonda spessa circa 1/2 cm. Farcite con pomodori, cipolla e salsiccia, condite con un filo di olio, mettete in forno già caldo a 300 °C e fate cuocere per circa 12 minuti (se il vostro forno non arriva a 300 °C, mettete comunque al massimo calore e aumentate i tempi di cottura a 20-25 minuti). A circa metà cottura, aggiungete anche la mozzarella, tagliata a fette.

5. Una volta cotta, levate, completate la farcitura con un po' di 'nduja, condite con un filo di olio a crudo, guarnite con un po' di prezzemolo e servite. Procedete allo stesso modo con i panetti rimasti.

Pizza Italia mondiale

Ingredienti (per 4 pizze)

per l'impasto
1 kg di manitoba
3-5 g di lievito (a seconda della stagione)
6,5 dl di acqua
3 g di sale
3 g di olio extravergine di oliva (più altro per teglia e panetti)

per la farcitura (dosi per 1 pizza)
180 g di pomodori pelati
200 g di burrata pugliese a temperatura ambiente
100 g di pomodorini ciliegino
110 g di parmigiano a scaglie
180 g di rucola selvatica
10 filetti di acciuga sott'olio
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

1. Sciogliete il sale in 2/3 dell'acqua. Stemperate il lievito nell'acqua rimasta; in una ciotola disponete la farina setacciata, aggiungete l'acqua salata e impastate. Appena la farina sarà assorbita, unite l'acqua con il lievito e continuate a lavorare. Versate l'olio e impastate fino a ottenere un composto omogeneo. Dategli la forma di panetto, coprite e lasciate riposare per circa 1 ora.

2. Trascorso il tempo, riprendete l'impasto, lavoratelo brevemente, formate una pagnotta, coprite con una bacinella e lasciate riposare per 1 ora. Dopo l'ora di riposo, lavoratelo un'ultima volta, quindi dividetelo in panetti di circa 250-280 g. Passate i pomodori, raccogliendo il passato in una ciotola. Condite con un pizzico di sale e mescolate.

3. Stendete 1 panetto in una teglia, leggermente unta, distribuite il passato sulla base, aggiungete 1 cucchiaio di olio e lasciate riposare. Mettete in forno preriscaldato a 230 °C e fate cuocere per circa 25 minuti.

4. Mentre la pizza è in cottura, preparate gli altri ingredienti per la farcitura. Spezzettate la burrata con le mani. Tagliate a spicchi i pomodorini ciliegino, raccoglieteli in una ciotola e conditeli con un pizzico di sale, mescolate e lasciate riposare per circa un quarto d'ora. Lavate la rucola, asciugatela e conditela con un pizzico di sale e una macinata di pepe.

5. Sfornate la pizza, lasciate riposare per un paio di minuti e sformatela dalla teglia. Scolate i pomodorini dal liquido di vegetazione e distribuiteli sulla pizza. Aggiungete la burrata e la rucola, completate con le scaglie di parmigiano e i filetti di acciuga, scolati, e servite.

É in libreria "Fantasie di pizza", tante ricette e segreti per realizzare golose pizze (LT Editore, 18 euro). In libreria!

Pizza Lumbard

Ingredienti (per 1 pizza)

1 panetto da 250 g di pasta per pizza
30 g di crema di tartufo
100 g di fiordilatte a temperatura ambiente
80 g di porcini trifolati
30 g di gorgonzola
30 g di taleggio
1 tartufo nero
parmigiano grattugiato
qualche fetta di polenta tagliata a carpaccio
olio extravergine di oliva

Preparazione

1. Stendete la pasta in una teglia, leggermente unta, distribuite sulla superficie la crema di tartufo e lasciate riposare. Mettete in forno preriscaldato a 230 °C e fate cuocere per 7-8 minuti.

2. Accendete il grill e proseguite la cottura per 15-18 minuti. A metà cottura, aggiungete il fiordilatte e i porcini. Intanto, grigliate per qualche minuto solo da un lato le fette di polenta.

3. A cinque minuti dal termine di cottura della pizza, distribuite il gorgonzola e il taleggio, tagliati a dadini, e le fette di polenta, con la parte grigliata messa sotto. Spolverizzate con un po' di parmigiano e completate la cottura.

4. Trascorso il tempo, levate e lasciate riposare per un paio di minuti. Guarnite con qualche lamella di tartufo e servite.

COME QUANDO FUORI... PIOVRE

IL MARE FUORI STAGIONE? PUÒ AVERE IL SUO FASCINO. SOPRATTUTTO QUANDO PIOVE. IN TAL CASO, NIENTE DI MEGLIO CHE RITROVARSI A TAVOLA E GUSTARE RICETTE IN GRADO DI SCALDARE IL CORPO (E L'ANIMA). COME QUELLE CHE PROPONIAMO IN QUESTE PAGINE: TUTTE RIGOROSAMENTE DI STAGIONE; TUTTE RIGOROSAMENTE... TENTACOLARI!

di FMB - foto di RAFFAELLA CAUCCI

Polpo arrosto su polenta bianca

Ingredienti (per 4 persone)

1 polpo da circa 800 g già pulito e privato di occhi e becco
400 g di farina per polenta bianca istantanea
40 g di capperi sotto sale
2 cucchiai di olive taggiasche già snocciolate
1 rametto di maggiorana
olio extravergine di oliva
sale e pepe

Preparazione

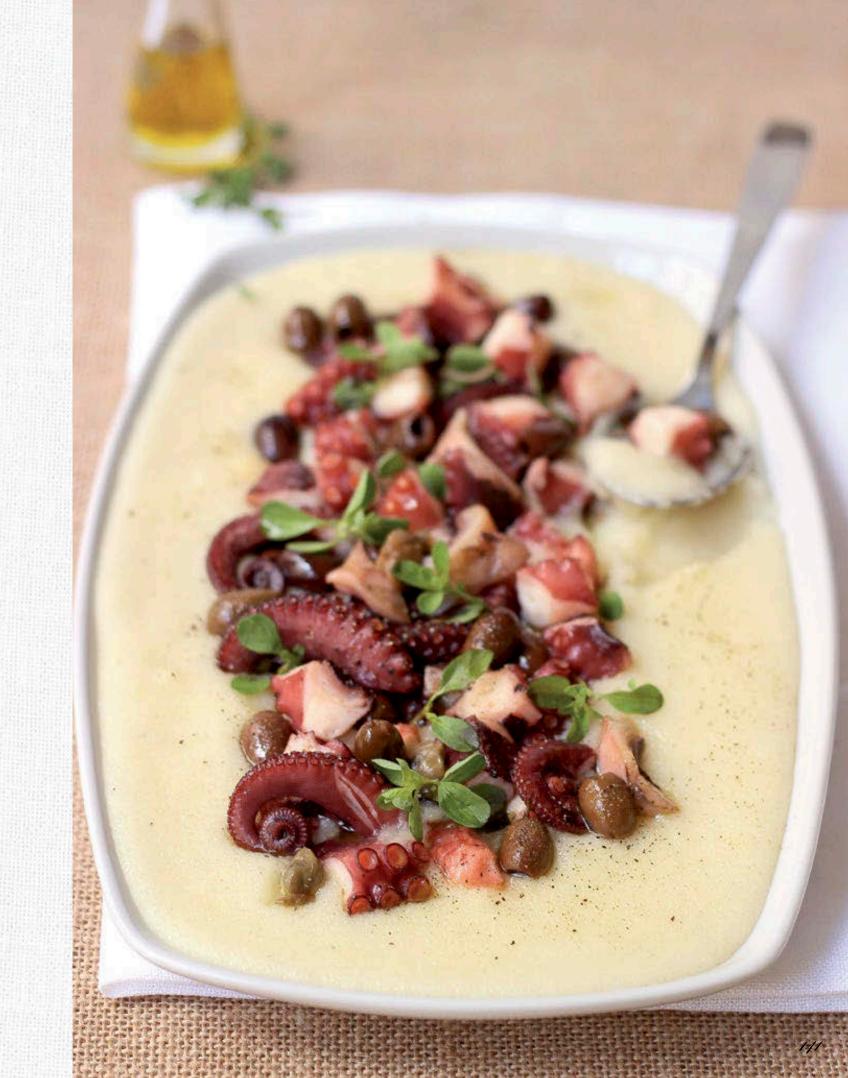
1. Portate a bollore abbondante acqua, tuffate il polpo per tre volte, immergendo solo i tentacoli. Immergete completamente il polpo, riportate a bollore e fate cuocere per una mezz'ora. Spegnete, incoperchiate e lasciate raffreddare nell'acqua di cottura per altri 20 minuti. Al termine, scolate il polpo e tagliatelo a pezzettoni.

2. Scaldate un filo di olio in una padella, unite il polpo, i capperi, dissalati, e le olive, e fate saltare a fuoco vivace per qualche minuto.

3. Mentre il polpo è in cottura preparate la polenta. Versate la farina a pioggia in abbondante acqua bollente leggermente salata e fate cuocere la polenta secondo le indicazioni sulla confezione. Al termine, distribuite la polenta nei piatti individuali, aggiungete il polpo, profumate con una macinata di pepe, guarnite con qualche fogliolina di maggiorana e servite.

ALICE TV

Gianluca Nosari è in onda con il programma "BUONGIORNO IN CUCINA" tutti i giorni alle 7.30, su Alice tv (canale 221 del digitale terrestre).

In libreria "Le mie stagioni". oltre 80 ricette supergustose, divise stagione per stagione! Per una volta, per Gianluca Nosari, non c'è solo il mare! (Sitcom Editore, 19,90 Euro).

Polpo su crema di fagioli con sedano caramellato

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 polpo da circa 800 g già pulito e privato di occhi e becco
250 g cannellini già lessati
1 spicchio di aglio; 1 scalogno
1 costa di sedano; aceto di vino bianco; miele; olio extravergine di oliva; sale e pepe

Preparazione

1. Portate a bollore abbondante acqua, tuffate il polpo per tre volte, immergendo solo i tentacoli. Immergete completamente il polpo, riportate a bollore e fate cuocere per una mezz'ora. Spegnete, incoperchiate e lasciate raffreddare nell'acqua di cottura per altri 20 minuti. Al termine, scolate il polpo, tagliatelo a pezzetti e tenete da parte in caldo.

2. In una casseruola fate appassire lo scalogno tritato con un filo di olio e l'aglio, schiacciato. Eliminate quest'ultimo, aggiungete i fagioli, coprite di acqua e fate cuocere per una ventina di minuti. Salate e frullate con un mixer a immersione fino a ottenere una crema liscia e omogenea.

3. Mondate il sedano e tagliatelo a tocchetti. Raccogliete i tocchetti in una casseruola con fondo spesso, unite 1 cucchiaio di miele, mescolate e fate cuocere a fuoco dolce per un paio di minuti. Bagnate con 1 dl di aceto e fate sfumare. Coprite con acqua e proseguite la cottura finché il sedano risulterà morbido (e l'acqua sarà evaporata). Unite un altro cucchiaino di miele e mescolate.

4. Velate i piatti individuali con la crema, distribuite al centro il polpo e il sedano caramellato, pepate, condite con un filo di olio a crudo e servite.

Polpo alla paprica

Ingredienti (per 4 persone)

1 polpo da circa 1 kg già pulito e privato di occhi e becco
2 cipolle
1 dl di passata di pomodoro
2-4 pomodori pelati
1 peperoncino
1 ciuffo di prezzemolo
paprica
vino rosso
olio extravergine di oliva
sale

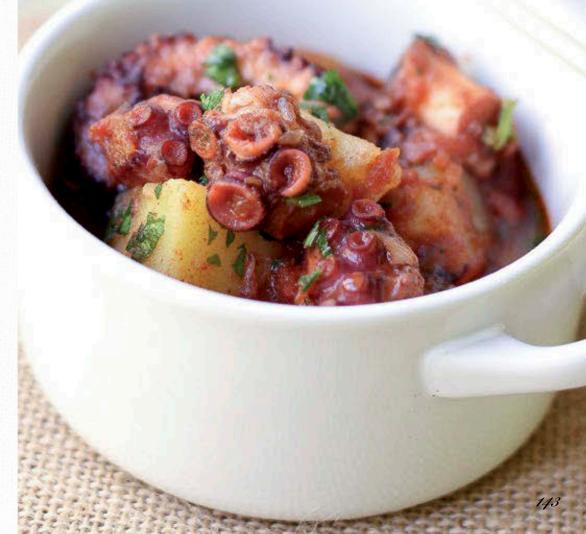
vi servono inoltre

3-4 patate già lessate e sbucciate

Preparazione

1. Portate a bollore abbondante acqua, tuffate il polpo per tre volte, immergendo solo i tentacoli. Immergete completamente il polpo e fate cuocere per una ventina di minuti. Spegnete, incoperchiate e lasciate raffreddare nell'acqua di cottura per altri 20 minuti. Al termine, scolate il polpo (conservando la sua acqua di cottura) e tagliatelo a pezzetti.

2. In un tegame di ghisa (che possa andare in forno) fate appassire le cipolle, tritate, con un filo di olio, 1 cucchiaino di paprica e un po' di peperoncino. Bagnate con 1/2 bicchiere di vino, deglassate e portate a ebollizione. Aggiungete i pelati e schiacciateli con una forchetta. Unite il polpo a pezzetti, mescolate e lasciate insaporire.

3. Aggiungete la passata, bagnate con 1/2 bicchiere dell'acqua di cottura del polpo e incoperchiate. Mettete in forno già caldo a 240 °C e fate cuocere per una mezz'ora. Trascorso il tempo, regolate di sale. Una volta a cottura, scolate i pezzetti di polpo e teneteli da parte. Filtrate la salsa di cottura del polpo e trasferitela nei tegamini individuali insieme ai pezzetti di polpo; unite le patate, tagliate a dadini, profumate con il prezzemolo tritato e servite.

Polpo ubriaco

Ingredienti (per 4-6 persone)

1 polpo da circa 1 kg già pulito e privato di occhi e becco
1 spicchio di aglio
2 foglie di alloro
1 peperoncino
1 ciuffo di prezzemolo
vino rosso toscano
olio extravergine di oliva
sale

vi servono inoltre

fette di pane casereccio
aglio

Preparazione

1. Sciacquate il polpo e tagliatelo a pezzettoni. Scaldate un filo di olio in una casseruola con l'aglio schiacciato, l'alloro e un po' di peperoncino (secondo il vostro gusto). Aggiungete il polpo a pezzettoni e lasciate insaporire per qualche minuto, a fuoco medio, mescolando ogni tanto.

2. Bagnate con 3 bicchieri di vino e portate a bollore. Incoperchiate e proseguite la cottura a fuoco lento per circa 1 ora (o comunque finché il polpo risulterà giustamente morbido e la salsina ristretta). Poco prima del termine regolate di sale (se necessario) e profumate con un po' di prezzemolo tritato.

3. Tostate le fette di pane e strofinatele con uno spicchio di aglio. Distribuite il polpo in coppette individuali con 2 fettine di pane bruscato, portate in tavola e servite.

I LIBRI DI **LT EDITORE**

SCOPRI LE OFFERTE DI BOTTEGA ITALIANA www.bottegaitaliana.it

IL LIBRO DELLA PATATA

In cucina si sa, la patata è regina. Cotta al forno, al vapore, passata o fritta in padella, è un piatto completo già da sé. Lt Editore torna in libreria con un volume dedicato alla patata e ai suoi mille impieghi in cucina. Oltre 50 ricette, gli abbinamenti più insoliti, dalle ricette della tradizione a quelle più ghiotte e veloci per portare a tavola ogni giorno piatti dal sapore unico e sfizioso.

LT Editore - 14,90 euro

LA VESPA TERESA

Dalle due fortunatissime edizioni del programma "Vespa Teresa", le deliziose ricette della cucina romagnola: viaggiando a bordo della sua vespa inconfondibile, Maria Pia Timo ha incontrato e conosciuto quarantasei splendide donne di Romagna, le protagoniste indiscusse di ogni singola puntata. Ora, in un libro unico, va in scena il resoconto culinario e non di un lungo viaggio: le ricette della tradizione, e soprattutto, le preziose testimonianze di un mondo rurale e post bellico di cui queste donne magnifiche, le azdore, sono le ultime reduci.

LT Editore - 18,00 euro

Alla scoperta della tradizione con le ricette e i racconti delle azdore romagnole...

ACCADEMIA MONTERSINO

Oltre 50 ricette per il primo corso di cucina completo dello chef Luca Montersino. Tantissime preparazioni accompagnate da procedimenti fotografici. Sezioni tematiche dedicate a tecniche di cottura e tipologie di lavorazione. Tutte le basi della cucina: dagli impasti base della tradizione italiana e francese alla cottura delle carni, dalla precristallizzazione del cioccolato alle tecniche di preparazione più particolari.

LT Editore - 24,90 euro

UNA CUOCA A DOMICILIO

Menu ricchi e golosi per ogni occasione, realizzati con una piccolissima spesa? Ora è possibile: grazie alle ricette di Maria Elena Curzio, la nostra cuoca a domicilio. Tutte raccolte in un unico volume, da acquistare e tenere sempre a portata di mano!

LT Editore - 19,90 euro

IL LIBRO DEGLI SPIEDINI

Colorati, freschi e pieni di gusto... impossibile resistere alle sessanta ricette de "Il libro degli spiedini"! Dai più classici, ma non per questo meno buoni, spiedini alla griglia fino ad arrivare a varianti e abbinamenti insoliti. Non solo di carne ma anche di pesce, verdure e formaggi. Non perdetelo!

LT Editore - 14,90 euro

PRESI PER LA (SPI)GOLA

CARNI SODE E DELICATE, DAL SAPORE SQUISITO, FANNO DELLA SPIGOLA IL PESCE TRA I PIÙ APPREZZATI SUL MERCATO ITALIANO. A PATTO DI SCEGLIERLO DI MARE (E NON DI ALLEVAMENTO) E FRESCHISSIMO, E DI CUCINARLO COME SOLO MICHELE CHINAPPI SAPREBBE FARE!

a cura di EMANUELA BIANCONI; ricette di MICHELE CHINAPPI (Ristorante Chinappi di Formia - Latina); indicazioni e tabelle nutrizionali di Giuseppe Nocca - foto e styling di ELISA ANDREINI

SPIGOLA *(DICENTRARCHUS LABRAX)*

Specie già molto apprezzata dai Romani che la rappresentarono più volte nei mosaici pompeiani; frequenta fondali rocciosi o misti sabbiosi-rocciosi in prossimità della costa arrivando fino a 100 metri di profondità. Tollera bene anche le acque salmastre ed è comune nelle lagune e nei laghi costieri, in cui arriva nei mesi estivi per poi ritornare al mare in inverno. È un buon predatore che preferisce le ore notturne; nel Mar Mediterraneo la riproduzione avviene nei mesi di gennaio e marzo; nei mesi primaverili i piccoli avannotti raggiungono la costa, prediligendo le foci dei fiumi e le lagune dove la salinità è più bassa. Viene catturata sia con reti da posta sia con lenze e palangari. È molto comune lungo le coste del Sud Pontino, soprattutto in prossimità delle foci dei fiumi.

VALUTAZIONE SENSORIALE DEL MENU

Il menu è composto da piatti gustosi e creativi. Come nell'antipasto, in cui la sapidità della spigola, esaltata dalle note fruttate dell'olio, viene parzialmente attenuata da quelle acidule e amare del ravanello. Da una pluralità di ingredienti, apparentemente slegati tra loro, nasce invece un primo piatto originale, che sorprende per sapori e consistenze. Nella spigola scottata, la grassezza del pesce viene accentuata dalla sapidità della scarola e dei pinoli, e dalla dolcezza dell'uvetta e della vellutata di patate. Il tutto armonizzato dall'olio extravergine di oliva delle colline pontine.

VINO IN ABBINAMENTO: IL MOSCATO DI TERRACINA

Il moscato di Terracina nasce come uva a duplice attitudine, oggi viene allevato in provincia di Latina, ma fornisce vini a marchio europeo solo in tre comuni: Terracina, Monte San Biagio e Sonnino. Vinificato sia secco sia come passito, può essere facilmente servito a tutto pasto, dove esprime note di frutta matura; buona la sua acidità.

Sfoglie di spigola con ravanello angostura e sale nero di Cipro

Ingredienti (per 4 persone)

360 g di filetti di spigola
3-4 ravanelli
angostura
stimmi di zafferano
olio extravergine di oliva (preferibilmente delle colline pontine)
sale nero di Cipro

Preparazione

1. Con l'aiuto di un coltello ben affilato, tagliate a fettine sottili i filetti di spigola. Disponeteli nei piatti da portata, aggiungete alcune gocce di angostura e lasciate riposare per qualche minuto.

2. Nel frattempo sciacquate i ravanelli, privateli delle radici e tagliateli a fettine sottili. Disponeteli sulle sfoglie di spigola, condite con un filo di olio a crudo e un pizzico di sale nero. Guarnite con gli stimmi di zafferano e servite.

Lasagnette di spigola su crema di zucchine con pomodori concassé

(pag. 150)

SCUOLA DI CUCINA

Lasagnette di spigola su crema di zucchine con pomodori concassé

Ingredienti (per 4 persone)

320 g di sfoglie per lasagna; 600 g di spigola 900 g di zucchine; 200 g di pomodori; 1 patata già lessata; 1 cipolla; 1 ciuffo di prezzemolo olio extravergine di oliva (preferibilmente delle colline pontine); sale e pepe

per la guarnizione: **200 g di zucchine; farina olio extravergine di oliva; sale**

1

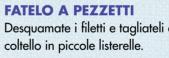
PULITE IL PESCE

Pulite la spigola, eliminate la testa ed evisceratela. Eliminate la lisca centrale e sfilettatela.

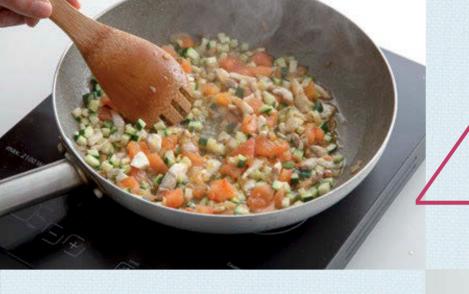
2

FATELO A PEZZETTI

Desquamate i filetti e tagliateli al coltello in piccole listerelle.

3

CUOCETELO IN PADELLA

Tritate la cipolla e fatela rosolare in una padella con un filo di olio. Aggiungete la spigola e lasciate insaporire per un paio di minuti.

4

ULTIMATE CON POMODORI E ZUCCHINE
Tagliate a dadini i pomodori e le zucchine. Aggiungete la dadolata di pomodoro alla spigola, unite metà della dadolata di zucchine e fate saltare per pochi minuti. Regolate di sale e tenete da parte in caldo.

PREPARATE LA CREMA DI ZUCCHINE
Fate saltare la dadolata di zucchine rimasta in un'altra padella con un filo di olio per qualche minuto. Salate, pepate e raccogliete tutto nel bicchiere di un mixer. Aggiungete una patata lessata e frullate aggiungendo a filo l'olio necessario a ottenere una crema omogenea.

5

6

CUOCETE LA PASTA
Lessate le lasagne in abbondante acqua bollente e leggermente salata. Scolatele su un canovaccio pulito e lasciatele asciugare.

PASSATE ALLA GUARNITURA
Spuntate e tagliate a bastoncini le zucchine, quindi passatele in una pastella, fatta con acqua e farina, e friggetele in abbondante olio. Scolatele, fatele asciugare su carta assorbente da cucina e salate. Velate i piatti con un po' di crema di zucchine e montate le lasagne, alternando uno strato di pasta a uno di condimento di spigola e un po' della crema rimasta. Terminate con il condimento a base di spigola, guarnite con le zucchine impastellate, spolverizzate con un po' di prezzemolo tritato e servite.

7

Gli autori di questa rubrica: da sinistra Giuseppe Nocca, lo chef Salvatore Marcia e Anna e Michele Chinappi.

VALUTAZIONE NUTRIZIONALE*

Il menu presenta un basso contenuto energetico (119 kcal per 100 grammi) con un ottimo rapporto tra grassi insaturi e grassi totali; totalmente soddisfacente l'assunzione di proteine di origine animale, interessante la presenza delle vitamine del gruppo B e della vitamina E (quest'ultima assicura una buona funzionalità ed efficienza dei tessuti). Il buon apporto di fosforo contribuisce a un regolare afflusso di energia per gli sforzi muscolari.

***Giuseppe Nocca è docente di Scienza dell'Alimentazione presso l'IPSSAR "A. Celletti" di Formia, Latina. È socio onorario della Associazione Cuochi del Golfo di Formia ed esperto di prodotti agricoli tradizionali.**

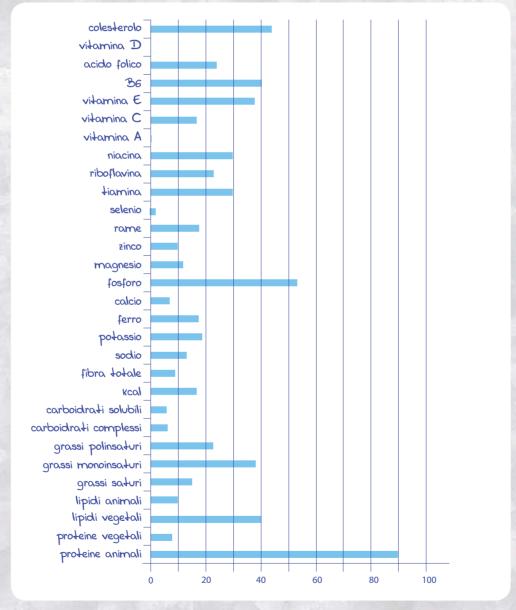



Tabella - Percentuale di soddisfacimento della Dose Giornaliera Raccomandata dei singoli nutrienti di a seguito della assunzione di un menu di 300 g composto da sfoglie di spigola, lasagnette di spigola e spigola scottata, con un fabbisogno energetico giornaliero di 2000 kcal.

SECONDO

Spigola scottata su crema di patate e scarola

Ingredienti (per 4 persone)

600 g di filetti di spigola (non desquamati)
400 g di patate già lessate
400 g di scarola già pulita
1 cipolla
40 g di olive nere
20 g di uvetta
30 g di pinoli già pelati
olio extravergine di oliva (preferibilmente delle colline pontine)
sale

Preparazione

1. Scaldate una piastra antiaderente, disponete i filetti di spigola dalla parte della pelle e scottateli pochi minuti per lato. Levateli e teneteli da parte in caldo.

2. Nel frattempo raccogliete le patate in un mixer da cucina. Regolate di sale, condite con un filo di olio e frullate fino a ottenere una purea morbida e omogenea. In un tegame fate appassire la cipolla, tritata finemente, con un filo di olio, aggiungete la scarola, l'uvetta, le olive snocciolate e i pinoli, e fate cuocere per una decina di minuti. Regolate di sale.

3. Velate i piatti da portata con un mestolo di crema di patate; adagiate sopra i filetti di spigola e aggiungete la scarola. Guarnite il tutto con un filo di olio a crudo e servite.

ENERGY SMOOTHIE

VOGLIA DI UNA SFERZATA DI ENERGIA? PROVATE CON GLI SMOOTHIES QUI PROPOSTI: PREPARATI CON FRUTTA E VERDURA DI STAGIONE, A CUI SI AGGIUNGONO YOGURT, FRUTTA SECCA E SPEZIE, SONO UNO PIÙ GOLOSO E CORROBORANTE DELL'ALTRO

a cura della redazione; ricette di **ROSANNA BISI** - foto di **CLAUDIA CUCINELLI**

Smoothie nutriente e salutare grazie all'elevato potere antiossidante delle noci pecan. Ricche di acidi oleici, aiutano ad abbassare i livelli di colesterolo cattivo nel sangue

Smoothie zucca banane e noci pecan

Ingredienti (per 1 persona)

200 g di zucca già cotta al vapore
100 g di banana
50 g di yogurt bianco dolce
20 g di noci pecan
succo di carota

per la decorazione

qualche noce pecan
qualche fettina di banana essiccata

Preparazione

Nel bicchiere di un mixer raccogliete tutti gli ingredienti e frullate fino a ottenere un composto omogeneo. Aggiustate la consistenza aggiungendo il succo di carota a piacere. Versate lo smoothie in un bicchiere, guarnite con le noci pecan e le banane, e servite.

Smoothie melone verde yogurt alla vaniglia e cannella

Ingredienti (per 1 persona)

200 g di melone verde a tocchetti
125 g di yogurt alla vaniglia
1 pizzico di cannella in polvere

Preparazione

Nel bicchiere di un mixer raccogliete tutti gli ingredienti e frullate fino a ottenere un composto omogeneo. Versate lo smoothie in un bicchiere e servite.

Uno smoothie fresco e corroborante, da offrire anche alle amiche o colleghe che ne apprezzeranno la semplicità e il gusto.

Frozen yogurt con tè chai e spezie

Ingredienti

100 ml di acqua
100 g di yogurt intero surgelato
1/2 cucchiaino di tè chai
pepe nero
noce moscata
cardamomo

Preparazione

In un pentolino raccogliete l'acqua, mettete sul fuoco e portate a bollore. Una volta arrivato al bollore, aggiungete il tè chai e fate sobbollire per 10 minuti, mescolando di tanto in tanto. Spegnete, filtrate il tè e lasciate raffreddare. In un mixer raccogliete il tè e lo yogurt surgelato, e frullate fino a ottenere una crema spumosa e omogenea. Versate la bevanda in un bicchiere, guarnite con le spezie macinate e servite.

Questa bevanda, grazie alla presenza del tè chai, è stimolante e nutriente. Le spezie, sia quelle contenute nel tè sia quelle aggiunte nella guarnizione, l'equilibrio e facilitano la digestione.

FRUTTA & CIOCCOLATO

SNACK SALUTARE E PARTICOLARMENTE ENERGETICO, LA FRUTTA SECCA SI FA ANCORA PIÙ GOLOSA. RIVESTITA DI UNA CROCCANTE COPERTURA AL CIOCCOLATO EXTRA FONDENTE, INFATTI, DÀ VITA A DESSERT RAFFINATI, MERENDE SANE E SFIZI IRRESISTIBILI

ricette di ROSANNA BISI; foto di CLAUDIA CUCINELLI

Barrette ai due cioccolati
con albicocche e fiocchi di avena
(pag. 162)

Panini dolci con uvetta e noci al cioccolato

(pag. 162)

Spiedini di fichi
al cioccolato
arance e prugne
(pag. 162)

Barrette ai due cioccolati con albicocche e fiocchi di avena

Ingredienti (per 4-6 persone)

300 g di cioccolato bianco
20 g di burro
2 cucchiai di miele al limone
100 g di albicocche al cioccolato
100 g di cioccolato fondente
fiocchi di avena

Preparazione

1. Foderate una teglia di circa 20x30 cm con un foglio di carta forno. Fate sciogliere a bagnomaria il cioccolato bianco, togliete dal fuoco e incorporate il miele, il burro e le albicocche, tagliate a pezzetti, mescolando delicatamente.

2. Versate il composto ottenuto nella teglia e con una spatola livellate per bene. Fate sciogliere a bagnomaria il cioccolato fondente e versatelo sullo strato di cioccolato bianco. Lasciate intiepidire e poi cospargete con i fiocchi di avena. Trasferite in frigorifero e lasciate compattare per 2-3 ore. Tagliate a quadrotti e servite.

❋ Le barrette si conservano in frigorifero per qualche giorno. Sana merenda per grandi e piccini.

Panini dolci con uvetta e noci al cioccolato

Ingredienti (per 4 persone)

250 g di farina 00
1/2 bustina di lievito per torte salate
250 ml di latte
1 uovo
40 g di olio extravergine di oliva (più altro per la teglia)
2 cucchiai di miele di acacia
1 pizzico di sale
12 gherigli di noce ricoperti di cioccolato
100 g di uvetta

Preparazione

1. Mettete a bagno l'uvetta in acqua tiepida e tritate grossolanamente i gherigli di noce. Miscelate la farina, il lievito e il pizzico di sale, setacciati; a parte sbattete l'uovo con l'olio, il miele e il latte. Unite gli ingredienti secchi a quelli liquidi e mescolate brevemente.

2. Incorporate infine l'uvetta, scolata e strizzata, e i gherigli di noce, tenendone da parte alcuni. Ungete con un filo di olio quattro stampini tondi in ceramica, versate il composto e disponete sopra qualche pezzetto di noce. Infornate a 180 °C e fate cuocere per 25-30 minuti. Levate, lasciate intiepidire, sformate e servite.

Spiedini di fichi al cioccolato arance e prugne

Ingredienti (per 4 persone)

1 confezione di fichi al cioccolato
1 confezione di prugne al cioccolato
2 arance bionde

Preparazione

1. Pelate al vivo le arance e tagliate gli spicchi in due; prendete gli stecchini in bambù e alternate una fettina di arancia, un fico e una prugna. Proseguite in questo modo fino a esaurire gli ingredienti.

2. Disponete gli spiedini preparati in un piatto da portata, portate in tavola e servite.

Dolce al cucchiaio con fichi al rum

Ingredienti (per 4 persone)

2 tuorli
80 g di zucchero
1/2 l di latte
2 cucchiai di farina
12 fichi al rum
essenza di vaniglia
cannella in polvere

Preparazione

1. Lavorate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; unite la farina e amalgamate ancora. Nel frattempo in una casseruola scaldate il latte con la vaniglia; poco prima che arrivi al bollore, spostate la casseruola dal fuoco e versatevi il composto di uova mescolando energicamente.

2. Togliete subito la crema dalla casseruola e versatela in un recipiente. Coprite con pellicola a contatto, fate intiepidire e poi trasferite in frigorifero. Al momento di servire, distribuite la crema in 4 coppe di vetro alternandola a pezzetti di fichi al rum. Decorate con cannella in polvere e servite.

Dolce al cucchiaio con fichi al rum

LO SCHIACCIANOCI

L'INDISPENSABILE STRUMENTO DI CUCINA OGGI SI TRASFORMA IN OGGETTO DI DESIGN CREATIVO E ORIGINALE

di EMANUELA BIANCONI

1. *Scoiattolo* è lo schiaccianoci di **Alessi**. Realizzato in acciaio inossidabile, ha una lunga coda che permette di schiacciare senza fatica noci e nocciole.
Prezzo: 77 euro.

2. Pratico e maneggevole, *Manolo* di **Gefu** consente di rompere il guscio della frutta secca senza frantumarla. Distribuito da Schoenhuber. In acciaio inox e resina.
Prezzo: 38,30 euro.

3. *Classic* è lo schiaccianoci di **Kuchenprofi** in acciaio inox cromato. Distribuito da Schoenhuber. Prezzo: 14,50 euro.

4. *Genietto 85* di **Ipac** nasce come batticarne, ma è utilissimo anche per rompere i gusci di noci e nocciole.
Prezzo: 15,50 euro.

5. Piccolo e maneggevole, *nut splitter* di **Alessi** consente di aprire le noci con entrambe le mani e l'aiuto di un piccolo punteruolo da tasca. In acciaio inossidabile 18/10 lucido.
Prezzo: 14 euro.

6. *Knacki* di **Cilio** è non solo schiaccianoci ma anche apribottiglia. Distribuito da Schoenhuber.
Prezzo: 23 euro.

7. Simpatico e divertente, *scoiattolo* è lo schiaccianoci di **Maiuguali** in metallo cromato.
Prezzo: 15 euro.

8. Ideale per rompere il guscio della frutta secca, lo schiaccianoci di **Tescoma** è provvisto di una molla interna che lo mantiene aperto garantendone un utilizzo semplice e pratico.
Prezzo: 18,90 euro.

9. Robusto e pratico, lo schiaccianoci di **Tescoma**, grazie alla forma conica, trattiene il frutto e ne rompe il guscio.
Prezzo: 9,40 euro.

10. *Crack* è lo schiaccianoci di **Alessi** in acciaio inossidabile 18/10 lucido.
Prezzo: 52 euro.

11. *Colours* è lo schiaccianoci di **Maiuguali** in alluminio laccato.
Prezzo: 10 euro.

LA VIE EST BELLE

RAFFINATE DELIZIE DELLA PICCOLA PASTICCERIA FRANCESE, I MACARONS VENGONO PREPARATI AD ARTE DA GIANLUCA ARESU. IN TRE VERSIONI DIVERSE – AROMATIZZATI ALLA CANNELLA, AL CACAO E AL LIME – VENGONO FARCITI CON CREME MORBIDE E RIPIENI GOLOSI

a cura della redazione; ricette di GIANLUCA ARESU - foto e styling di ELISA ANDREINI

Macarons alla cannella con ripieno al cioccolato bianco cannella e marmellata di arance

Ingredienti

per la ricetta base dei macarons
400 g di farina di mandorle; 400 g di zucchero a velo
320 g di albumi; 400 g di zucchero
150 g di acqua; cannella in polvere

per il ripieno
170 g di burro; 170 g di panna
470 g di cioccolato bianco; 0,2 g di cannella in polvere

vi serve inoltre
marmellata di arance

Preparazione

1. Preparate i macarons seguendo la ricetta base a pag. 172. Raccogliete il composto in un sac à poche e realizzate tanti dischetti in una teglia, rivestita con carta forno. Spolverizzate con un pizzico di cannella in polvere (**foto A**) e fate cuocere a 150 °C in forno statico per circa 15 minuti.

2. Trascorso il tempo di cottura, sfornate e lasciate raffreddare completamente. Nel frattempo preparate il ripieno cremoso: portate a ebollizione la panna, unite la cannella, mescolate accuratamente (**foto B**) e lasciate riposare per qualche minuto. Versate sul cioccolato spezzettato e mescolate accuratamente per far sciogliere.

3. Quando il composto avrà raggiunto i 30 °C, incorporate il burro, leggermente montato. Mettete in freezer per pochi minuti, quindi trasferite nella planetaria e montate ad alta velocità (**foto C**).

4. Raccogliete il ripieno in un sac à poche con bocchetta liscia e realizzate su metà macarons una corona di spuntoni. Disponete al centro un po' di marmellata di arance (**foto D**) e chiudete con quelli restanti. Portate in tavola e servite.

Macarons al cioccolato con ripieno al cioccolato fondente e confetti di marroni

Ingredienti

per la ricetta base dei macarons
400 g di farina di mandorle; 400 g di zucchero a velo
320 g di albumi; 400 g di zucchero; 150 g di acqua
30 g di cacao amaro in polvere

per i confetti di marroni
500 g di pasta di marroni; 60 g di cognac
50 g di panna liquida
8 g di gelatina in fogli (ammorbidita in acqua fredda)
750 g di panna montata

per il ripieno
300 g di copertura fondente
300 g di panna al 35% di materia grassa
70 g di zucchero invertito; 65 g di burro
300 g di panna montata

Preparazione

1. Preparate i macarons come da ricetta base a pag. 172, aggiungendo all'impasto il cacao amaro (**foto A**). Trasferitelo in un sac à poche e realizzate tanti dischetti in una teglia, rivestita con carta forno. Fate cuocere a 150 °C in forno statico per circa 15 minuti, quindi levate e lasciate raffreddare.

2. Per i confetti di marroni: amalgamate la pasta di marroni con il cognac, la panna liquida (**foto B**) e la gelatina fusa. Incorporate infine la panna montata, mescolando delicatamente e con movimenti dal basso verso l'alto. Distribuite il composto ottenuto in uno stampo a semisfera in silicone e mettete in freezer a congelare.

3. Per il ripieno: in una casseruola raccogliete la panna e lo zucchero invertito; mettete sul fuoco e portate a bollore. Versate il liquido caldo sulla copertura fondente ed emulsionate. Aggiungete il burro, fuso a 35 °C, e amalgamate. Temperate la ganache a 22-23 °C e incorporate la panna montata (**foto C**). Fate raffreddare e trasferite in un sac à poche.

4. Per il montaggio: sformate le semisfere di marroni e disponetele su metà macarons; ricoprite con il ripieno al cioccolato (**foto D**), chiudete con i macarons restanti e servite.

In libreria "50 sfumature di cioccolato", il libro di Gianluca Aresu, tutto dedicato a questo peccaminoso ingrediente (LT Editore, 19,90 euro).

Macarons al lime con confit al mandarino e crema al mascarpone

Ingredienti

per la ricetta base dei macarons
400 g di farina di mandorle
400 g di zucchero a velo; 320 g di albumi
400 g di zucchero; 150 g di acqua; 1 lime

per il confit al mandarino
100 g di succo di mandarino
25 g di zucchero invertito
35 g di zucchero; 4 g di pectina NH

per la crema al mascarpone e lime
200 g di latte; 0,5 g di zeste di lime
50 g di tuorli; 50 g di zucchero
20 g di amido
2,8 g di gelatina in polvere 200 Bloom
16,8 g di acqua; 125 g di mascarpone
125 g di panna montata

Preparazione

1. Preparate i macarons come da ricetta base a pag. 172. Trasferite il composto in un sac à poche e realizzate tanti dischetti in una teglia, rivestita con carta forno. Cospargeteli con la scorza di lime grattugiata (**foto A**) e fate cuocere a 150 °C in forno statico per circa 15 minuti, quindi levate e lasciate raffreddare.

2. Per la crema: in un pentolino portate a bollore il latte con le zeste di lime; lavorate i tuorli con lo zucchero e l'amido, versate il latte, filtrato, e fate cuocere fino ad addensamento. Levate, unite la gelatina, precedentemente idratata nell'acqua, e fate raffreddare in frigorifero. Montate la panna con il mascarpone, quindi incorporate la crema ben fredda, mescolando delicatamente (**foto B**).

3. Per il confit: mescolate la pectina ai due zuccheri, unite il succo di mandarino, mettete sul fuoco e portate a bollore. Levate, distribuite il composto nello stampo a semisfera e trasferite in freezer fino a completo congelamento.

4. Trascorso questo tempo, sformate le semisfere (**foto C**) e adagiatele su metà macarons; raccogliete la crema in un sac à poche con bocchetta liscia e realizzate un ciuffetto sopra il confit (**foto D**). Chiudete con i macarons restanti e servite.

A
B
C
D

A B

C

Macarons ricetta base

Ingredienti

400 g di farina di mandorle
400 g di zucchero a velo
320 g di albumi
400 g di zucchero
150 g di acqua

Preparazione

1. Miscelate lo zucchero a velo e la farina di mandorle; unite 160 g di albumi e mescolate energicamente. Montate gli albumi restanti in una planetaria a bassa velocità e nel frattempo fate cuocere acqua e zucchero fino a raggiungere la temperatura di 115 °C. Versate a filo lo sciroppo sugli albumi (**foto A**) e proseguite a montare fino a raffreddamento.

2. Mescolate i due composti con movimenti delicati, dal basso verso l'alto **foto B**); trasferite il tutto in un sac à poche e realizzate tanti dischetti in una teglia, rivestita con carta forno (**foto C**). Fate cuocere a 150 °C in forno statico per circa 15 minuti, quindi levate e lasciate raffreddare.

pAN di SPA... GNAM!

Pan di Spagna al farro con mirtilli e zucchero di cocco *(pag. 176)*

VERSIONE SEMPLIFICATA DI QUELLA PÂTÉ GÉNOISE CON CUI IL PASTICCIERE GENOVESE GIOVANNI BATTISTA CABONA VERSO LA METÀ DEL XVIII SECOLO CONQUISTÒ LA CORTE DI RE FERDINANDO VI DI SPAGNA, IL PAN DI SPAGNA È LA BASE IDEALE DI MILLE DOLCI GOLOSITÀ. IN QUESTE PAGINE, GIULIA STEFFANINA LO REINTERPRETA ALLA GRANDE IN CINQUE PRELIBATEZZE DA LECCARSI... LOS BIGOTES, PARDON I BAFFI

a cura della redazione; ricette di GIULIA STEFFANINA* - foto di STEFANIA ZECCA

Rotolo alla vaniglia con mousseline alle castagne

Ingredienti

per il pan di Spagna
4 albumi; 4 tuorli
75 g di zucchero
60 g di farina 00
25 g di farina di castagne
15 g di fecola; 1 pizzico di sale
1 stecca di vaniglia
zucchero a velo

per la mousseline alle castagne
650 g di crema pasticciera
150 g di pasta di castagne
250 g di burro

per la crema pasticciera
500 g di latte
125 g di panna
80 g di zucchero
30 g di amido di mais
20 g di amido di riso
150 g di tuorli

per la decorazione
zucchero a velo
marrons glacés
violette candite

Preparazione

1. Per il pan di Spagna: montate gli albumi con lo zucchero, quindi unite i tuorli, leggermente sbattuti con i semi di vaniglia; aggiungete le farine, setacciate con la fecola e il sale, amalgamate, versate il composto in una teglia, rivestita con carta forno, e livellate la superficie con una spatola. Spolverizzate con un po' di zucchero a velo e infornate a 180 °C per circa 10 minuti. Sfornate, eliminate la carta forno e arrotolate il pan di Spagna avvolgendolo con un canovaccio pulito leggermente umido.

2. Per la crema: portate a ebollizione il latte con la panna e la metà dello zucchero. Lavorate i tuorli con lo zucchero restante e unite gli amidi. Versate il latte bollente filtrato, rimettete sul fuoco e fate cuocere per circa 5 minuti a fuoco basso. Stendete su una teglia, foderata con pellicola trasparente, e trasferite in frigorifero a raffreddare.

3. Per la mousseline: montate il burro morbido e incorporate la crema pasticciera fredda e la pasta di castagne. Srotolate il pan di Spagna e farcitelo con la crema mousseline. Decorate con ciuffi di crema mousseline, marron glacés e violette candite. Spolverizzate con zucchero a velo e servite.

* Con la rubrica settimanale "Dolci passioni", Giulia Steffanina è ospite fissa del programma "Casa Alice"; è socia e cofondatrice della Scuola di Cucina e Pasticceria Les Chefs Blancs di Roma.

Pan di Spagna al farro con mirtilli e zucchero di cocco

Ingredienti

per il pan di Spagna

3 uova
150 g di zucchero di cocco
150 g di farina 00 (più altra per la teglia)
150 g di farina di farro integrale
16 g di lievito istantaneo
1 pizzico di sale
70 g di olio di cocco (più altro per la teglia)

per la farcitura

450 g di mirtilli
400 g di zucchero di canna
il succo di 1/2 limone
1 cucchiaino da caffè di pectina

per la decorazione

200 g di mirtilli
1 ciuffo di menta

Preparazione

1. Per il pan di Spagna: montate le uova a temperatura ambiente con lo zucchero; aggiungete le farine setacciate con il lievito e il sale, e mescolate per bene. Unite infine l'olio di cocco. Versate il composto in una teglia quadrata, spennellata con olio di cocco e spolverizzata con la farina 00, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

2. Per la farcitura: in una ciotola raccogliete i mirtilli, 200 g di zucchero e il succo di limone, coprite e lasciate riposare per una notte intera in frigorifero.

3. Trascorso il tempo di riposo, prelevate il liquido della marinata, versatelo in un pentolino con lo zucchero restante, precedentemente mescolato alla pectina, e portate a bollore. Unite i mirtilli e fate cuocere per circa 15 minuti. Levate e fate raffreddare.

4. Tagliate il pan di Spagna a metà, farcite con la confettura e poi chiudete con il secondo strato. Disponete al centro altra confettura, guarnite con mirtilli e menta, e trasferite in frigorifero fino al momento di servire.

Angel cake di albumi alla nocciola e profumo di limone

Ingredienti

per la angel cake

80 g di farina 00
6 albumi a temperatura ambiente
la punta di 1 cucchiaino di lievito in polvere
110 g di zucchero
1 pizzico di sale
30 g di farina di nocciole
la scorza di 1 limone grattugiata
burro

per la crema alla nocciola

300 g di latte
200 g di panna
6 tuorli
110 g di zucchero
50 g di amido di mais
2 cucchiai di pasta di nocciola
la scorza intera di 1 limone

per le nocciole caramellate

zucchero a velo
nocciole già pelate

Preparazione

1. Per la angel cake: con le fruste elettriche montate gli albumi e versate, un po' per volta e a pioggia, lo zucchero; incorporate le farine setacciate, il lievito e il sale, mescolando lentamente e dal basso verso l'alto per evitare di smontare gli albumi. Unite infine la scorza di limone grattugiata. Versate in uno stampo a cerniera, ben imburrato, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

2. Per la crema: portate a ebollizione il latte e la panna con metà dello zucchero e la scorza di limone. Lavorate i tuorli con lo zucchero restante fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; aggiungete l'amido, versate il latte bollente, filtrato, rimettete sul fuoco e fate cuocere per circa 5 minuti a fuoco basso. Aggiungete la pasta di nocciola, stendete su una teglia, foderata con pellicola trasparente, e trasferite in frigorifero a raffreddare.

3. Per le nocciole caramellate: sciogliete un po' di zucchero in un pentolino leggermente umido. Fate caramellare e, aiutandovi con uno stecchino, immergete le nocciole intere fino a che non sono completamente ricoperte di caramello. Disponetele su un vassoio, rivestito con carta forno, e lasciatele asciugare.

4. Tagliate a metà il pan di Spagna e farcitelo con la crema alla nocciola. Chiudete, disponete in superficie le nocciole caramellate e trasferite in frigorifero fino al momento di servire.

Angel cake di albumi alla nocciola e profumo di limone

Pan di Spagna al cacao con crema al cioccolato fondente all'arancia

(pag. 180)

Pan di Spagna senza glutine con crema di ricotta di bufala pere e cioccolato bianco
(pag. 180)

Pan di Spagna al cacao con crema al cioccolato fondente all'arancia

Ingredienti

per il pan di Spagna al cacao
7 uova
20 g di cacao amaro in polvere
160 g di farina (più altra per la teglia)
50 g di fecola
200 g di zucchero
1 stecca di vaniglia
burro

per la bagna
500 g di acqua
150 g di zucchero
150 g di alcolato di arancio
la scorza di 1 arancia

per la crema al cioccolato
1 l di latte
225 g di zucchero
30 g di cacao amaro in polvere
150 g di cioccolato fondente al 60%
7 tuorli
80 g di amido di mais
70 g di scaglie di cioccolato

per le chips di arancia
1 arancia
200 g di acqua
150 g di zucchero

per la decorazione
scaglie di cioccolato

Preparazione

1. Montate le uova con lo zucchero a bagnomaria fino a ottenere un composto chiaro e spumoso (che dovrà raggiungere la temperatura di 35 °C). Unite i semi di vaniglia. Aggiungete, poco alla volta, le farine setacciate con il cacao mescolando a mano con una frusta. Imburrate e infarinate una teglia da 28 cm di diametro, versate il composto e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

2. Per la bagna: portate a ebollizione l'acqua e lo zucchero con la scorza di arancia; spegnete, aggiungete l'alcolato e fate raffreddare. Per le chips: lavate per bene l'arancia e tagliatela a fettine sottili circa 2 mm, con tutta la scorza. Spennellatele con acqua e zucchero mescolati, disponetele su una teglia, rivestita con carta forno, e poi fatele seccare in forno a 70 °C, girandole a metà cottura. Levate e lasciate raffreddare.

3. Per la crema: portate a ebollizione il latte con metà dello zucchero e il cacao; lavorate i tuorli con lo zucchero restante e aggiungete l'amido. Versate il latte bollente, filtrato, sui tuorli, rimettete sul fuoco e fate cuocere per circa 5 minuti a fuoco basso. Aggiungete infine il cioccolato, ridotto in scaglie. Stendete su una teglia, foderata con pellicola trasparente, e trasferite in frigorifero a raffreddare.

4. Tagliate a metà il pan di Spagna, bagnatelo leggermente con la bagna e farcitelo con la crema al cacao e altre scaglie di cioccolato; chiudete con il secondo disco di pan di Spagna, bagnato con altra bagna. Ricoprite la torta con la crema, decorate con chips di arancia e scaglie di cioccolato, e trasferite in frigorifero fino al momento di servire.

Pan di Spagna senza glutine con crema di ricotta di bufala pere e cioccolato bianco

Ingredienti

per il pan di Spagna
5 uova
100 g di zucchero
15 g di olio di semi (più altro per la teglia)
170 g di farina di riso (più altra per la teglia)
1 pizzico di sale

per la bagna
500 g di acqua
150 g di zucchero
100 g di liquore alle pere

per la crema di ricotta
600 g di ricotta di bufala setacciata
6 cucchiai di zucchero a velo
200 g di mascarpone
5 pere sciroppate
100 g di cioccolato bianco

per la decorazione
2 pere sciroppate
granella di pistacchi
cioccolato bianco in scaglie

Preparazione

1. Per il pan di Spagna: montate le uova a temperatura ambiente con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; aggiungete la farina setacciata e il sale, e mescolate con una frusta. Unite infine l'olio di semi. Versate il composto in una teglia rettangolare, spennellata con l'olio di semi e spolverizzata con la farina di riso, e infornate a 180 °C per circa 20 minuti. Levate e lasciate raffreddare.

2. Per la bagna: portate acqua e zucchero a ebollizione, quindi spegnete, aggiungete il liquore e fate raffreddare. Per la crema: mescolate la ricotta con il mascarpone e lo zucchero. Rifilate gli angoli del pan di Spagna e poi tagliatelo a metà; bagnate il primo strato con la bagna e farcitelo con la crema; cospargete con cubetti di pera e scaglie di cioccolato bianco, e chiudete con il secondo strato di pan di Spagna, bagnato con la bagna.

3. Ricoprite la torta con la crema di ricotta. Create un bordo con la granella di pistacchi, decorate con le pere e le scaglie di cioccolato bianco, e trasferite in frigorifero fino al momento di servire.

UN COMPLEANNO SPECIALE

Il **bollitore Alessi** compie trent'anni e per l'occasione esce con una veste rinnovata. In particolare, il celebre fischietto a forma di uccellino lascia il posto a "**Tea Rex**", una sorta di dragone verde giada simbolo di fortuna nella cultura cinese; è disponibile anche con il fischietto metallizzato rame. "Tea Rex" è realizzato in acciaio inossidabile 18/10 con uno speciale punzone per festeggiare i tre decenni di successi.

DOLCI, GOLOSE FORME

Basta un gesto per dare un tocco originale ai biscotti più tradizionali: con il **timbro per biscotti party**, largo alla fantasia! Si prepara la pasta frolla con il ricettario incluso nella confezione, si stende con il matterello, si sceglie il timbro con il motivo decorativo preferito e il gioco è fatto. I **Pirottini Natale** in carta, invece, sono perfetti per cuocere in forno e servire muffin e cupcake. Entrambi della nuova **linea Delícia di Tescoma**.

RIVOLUZIONE IN CUCINA

Cuoce, impasta, soffrigge, trita, mescola, emulsiona e molto altro ancora, con estrema precisione e semplicità d'uso: è il nuovo **Cook Processor Artisan di KitchenAid**! Compatto e maneggevole, dalle linee morbide e dal design vintage, ha il corpo in metallo pressofuso e la pentola di cottura in acciaio inossidabile e con maniglie ergonomiche. Tanti elettrodomestici in uno, un grande aiuto in cucina.

IL BIO ITALIANO SBARCA IN CINA

Tutti i prodotti **BioJunior** sono ideati dall'azienda **Mangiarsano-Germinal** per accompagnare nella crescita bambini e ragazzi, dalla scoperta dei primi cibi durante lo svezzamento, fino all'ingresso nell'adolescenza, assicurando il giusto apporto nutritivo ed educando fin dai primi mesi di vita a corrette scelte alimentari. Tutti i prodotti per l'infanzia della linea BioJunior possono ora essere venduti anche sul mercato asiatico, avendo ottenuto la prestigiosa certificazione della Repubblica Popolare Cinese per i prodotti biologici trasformati dall'Organic Food Development Center.

SWEET NOVEMBER

DIVERTITEVI INSIEME AI PIÙ PICCOLI A REALIZZARE UNA DIVERTENTE TORTA A FORMA DI RICCIO. VI SEMBRA DIFFICILE? NIENTE DI PIÙ SBAGLIATO. BASTA SEGUIRE, STEP BY STEP, LA CAKE DESIGNER ROXANA MARA LICHE

di EMANUELA BIANCONI; ricetta e decorazione di ROXANA MARA LICHE* - foto e styling di ELISA ANDREINI

* Roxana Mara Liche è decoratrice e cake designer. Lavora nell'agriturismo di famiglia Casetta Alta, a Brusasco (To), dove si occupa della realizzazione di dolci e torte decorate, e dell'allestimento per matrimoni ed eventi. Di produzione dell'azienda anche miele e confetture. Il suo blog è blog.alice.tv/cakebyrox.

Torta riccio

Ingredienti

3 uova
100 g di zucchero
100 g di burro
100 g di cioccolato fondente
100 g di farina
50 g di farina di nocciole
1 bustina di lievito per dolci

per la ganache al cioccolato
500 g di cioccolato fondente
500 ml di panna
200 g di granella di nocciole o pasta di nocciola

per la decorazione
pasta di zucchero
coloranti alimentari

Preparazione

1. Montate i tuorli con lo zucchero fino a ottenere un composto chiaro e spumoso; aggiungete il burro a pomata e il cioccolato, sciolto ma non caldo, e continuate a montare. Incorporate lentamente le farine e il lievito, e amalgamate ancora. Montate a neve gli albumi e uniteli delicatamente al composto.

2. Versate il composto in uno stampo a semisfera, rivestito con carta forno, e infornate a 170 °C per circa 40 minuti. Levate e lasciate raffreddare. Per la ganache: scaldate la panna, unite il cioccolato, ridotto in scaglie, e fate sciogliere per bene. Dividete il composto a metà e in una aggiungete la granella di nocciole (o la pasta di nocciola).

3. Sformate la torta e, aiutandovi con un coltello, ritagliatela dandole una forma a goccia (**foto A**). Con i ritagli della torta, mescolati a un po' di ganache, modellate il musetto del riccio. Glassate tutta la superficie con la ganache con la granella di nocciole.

4. Stendete la pasta di zucchero color carne e ricoprite il musetto (**foto B**). Raccogliete la ganache tenuta da parte in un sac à poche con bocchetta liscia: iniziate a creare gli aghi facendo una piccola pressione e tirando poi in su per realizzare la punta alta (**foto C**). Per sicurezza fate prima un po' di pratica su un pezzo di carta.

5. Con la pasta di zucchero bianca e nera modellate naso, occhi e bocca; con quella color carne realizzate le orecchie e le zampette (**foto D**). Incollatele sul musetto e lasciate infine asciugare completamente.

TRA PARENTESI

Con la pasta di zucchero colorata divertitevi a creare qualche foglia, castagna e funghetto. Fatelo con i bimbi, si divertiranno un mondo!

IL SEGNO GOURMET DI... NOVEMBRE

 AMORE LAVORO

SCORPIONE
23 Ottobre - 21 Novembre

Le attenzioni del cielo, grazie al Sole, a Mercurio e all'incoraggiamento di Nettuno dai Pesci, vi porteranno a chiudere partite aperte da tempo e a ottenere finalmente nette soddisfazione in dispute che duravano da un po'. Adesso l'orizzonte è sgombro di nuvole e l'umore è alle stelle!
Amore: impostare la vita di coppia con criteri più dinamici, decisamente più ludici e disinvolti sarà il bel regalo che vi faranno le stelle durante il mese di Novembre.
Lavoro: quelle piccole intelligenti modifiche che avete suggerito si rivelano il punto di forza di un progetto comune, che decolla definitivamente grazie al vostro astuto escamotage.
Astrocenate con: per sottolineare di appartenere a una specifica sfera, nel lavoro e nel privato, fate inviti mirati e qualificanti.

ARIETE
21 Marzo - 20 Aprile

Sarete operativi, attivi e professionalmente all' avanguardia.
Amore: vorreste che i sentimenti approdassero a situazioni stabili, concrete e solidissime.
Lavoro: ecco il settore più trainante del periodo.
Astrocenate con: buon momento per coniugare l'utile al dilettevole, con ottimi pranzi di lavoro.

TORO
21 Aprile - 21 Maggio

Fase piena di ampi consensi e di lusinghiere soddisfazioni.
Amore: passionalità e tenerezza si alleano per darvi una fase sia romantica e sia erotica.
Lavoro: crescita professionale di luminosa concretezza.
Astrocenate con: servono pause ritempranti, opportunità di relax, magari a due.

GEMELLI
21 Maggio - 21 Giugno

Prendere in mano le cose vi riuscirà particolarmente facile.
Amore: fate capire alla persona del cuore quanto e come è grande la vostra dedizione affettiva.
Lavoro: coinvolgere una persona del vostro clan potrebbe risultare la quadratura del cerchio…
Astrocenate con: tante persone che vi son care…

CANCRO
22 Giugno - 22 Luglio

Cambiare e trasformare i vostri piani sarà fattibilissimo…
Amore: la straordinaria capacità di capirvi al volo è sottile, finissima e deliziosa.
Lavoro: liberatevi delle incombenze meno gratificanti.
Astrocenate con: con chi sappia apprezzare il vs spiritello capricciosetto e mordace …

LEONE
23 Luglio - 22 Agosto

Aprite la porta alla seria e vera concretezza!
Amore: chi vi piace vi pronuncia all'orecchio parole di fuoco.!
Lavoro: guardate che agli accordi verbali seguano davvero i fatti…
Astrocenate con: chi vuole condividere con voi la tendenza attuale ai sapori forti.

VERGINE
23 Agosto - 22 Settembre

Giove, Marte e Venere rendono ogni compito facile, affrontabile e domabile.
Amore: dialogo, attrattiva e dolcezza sono le armi con le quali conquisterete chi vi piace.
Lavoro: chiedere vorrà dire ottenere!
Astrocenate con: la convivialità sarà spumeggiante e vigorosa.

BILANCIA
23 Settembre - 22 Ottobre

Raggiungerete ciò che v'intriga!
Amore: l'amore avrà toni di poetico languore e di una dolce essenzialità.
Lavoro: il lavoro che vi piace è essenzialmente quello che vi permetterà lauti guadagni!
Astrocenate con: con personaggi con i quali parlar chiaro ed evitare inutili vaghezze.

SAGITTARIO
22 Novembre - 21 Dicembre

Affrontate la vita con una capacità di raziocinio costruttiva.
Amore: un legame solido, destinato a durare e a farvi felici, dà serenità alle vs giornate.
Lavoro: puntate in alto e mirate a un posto autorevole.
Astrocenate con: siete concentratissimi e vi serve il relax di pranzi spigliati e divertenti.

CAPRICORNO
22 Dicembre - 20 Gennaio

Certi progetti prendono il via e partono in quarta!
Amore: Giove, Venere e Marte sanno suggerire a Plutone la certezza di aver fatto centro nel settore affettivo.
Lavoro: avete imbroccato in pieno le tendenze del momento.
Astrocenate con: occhi negli occhi e mano nella mano.

ACQUARIO
21 Gennaio - 19 Febbraio

Per arrivare sul serio, cambiate strada.
Amore: una persona tenterà velate e galanti avances…
Lavoro: vi tenta cambiare sede, diversificare le fonti di guadagno, impegnarvi in diversi fronti.
Astrocenate con: con chi ha già percorso con successo i sentieri che adesso battete voi.

PESCI
20 Febbraio - 20 Marzo

Vorreste che le cose riprendessero a procedere con il loro vigoroso ritmo.
Amore: potrebbe far capolino un pizzico di gelosia...
Lavoro: I vs sforzi vi porteranno a risultati interessanti seppur non immediatamente.
Astrocenate con: rigeneratevi con pasti salutari.

Mostarda di cedro

Ingredienti (per 4 persone)

5 cedri non troppo grandi
500 g di zucchero di canna
1 cucchiaino di senape in polvere
2 limoni

Preparazione

1. Lavate e asciugate i cedri accuratamente. Tagliate ogni frutto in otto parti, seguendo il senso della lunghezza. In una pentola dal fondo spesso versate lo zucchero e il succo dei limoni; portatelo a ebollizione e lasciate cuocere per pochi minuti, unite infine la polvere di senape.

2. Disponete all'interno dei vasetti di vetro sterilizzati le fettine di cedro, avendo cura di porre la parte tagliata rivolta verso l'alto, versatevi quindi lo sciroppo ancora caldo fino a coprire. Chiudete i barattoli e attendete fino a che non si sia raffreddato.

3. Avvolgete i vasetti con alcuni canovacci e disponeteli in una pentola d'acqua, portate il tutto a ebollizione e lasciate cuocere per 40 minuti. Dopodiché lasciate raffreddare a temperatura ambiente. La mostarda di cedri, prima di poter essere consumata, dovrà riposare per almeno 1 mese in un luogo fresco e asciutto, al riparo dalla luce.

Foto di Maricruz Avalos Flores

ENOGASTRONOMIA

ANTONELLI SAN MARCO
Località S. Marco, 60
Montefalco (Pg)
tel. 0742 379158

LE OFFICINE DEL GUSTO
via Conca d'Oro, 260 - Roma
tel. 392 3833293
www.officinegustoenotecaroma.com

SAPORI DI CASA MIA
HOME RESTAURANT
Felicetta Argentino
tel. 393 1982487
felicetta.argentino@virgilio.it

RISTORANTI

IL CASALE DEL MARE
Strada Vicinale delle Spianate
Castiglioncello (Li)
tel. 0586 759007

RISTORANTE CHINAPPI FORMIA
via Anfiteatro, 8 - Formia (Lt)
tel. 0771 790002

SORA MARGHERITA
AL BORGHETTO
Via del Forno, 11 - Roma
tel. 06 56352956

SPECIALI GRANDI CLASSICI

AL CANTINONE DEI MAGNANI
via Agnello, 19 - Milano (Mi)
tel. 390 286 3015
www.alcantinone.it
(ricetta a pag. 50)

L'ANGOLO D'ABRUZZO
Piazza Aldo Moro, 8
Carsoli (Aq)
tel. 0863 997429
www.ristorantelangolodabruzzo.com
(ricetta a pag. 47)

OSTERIA/GOSTILNA KORSIC
Località Sovenza, 7
San Floriano del Collio (Go)
tel. 0481 884248
www.korsic.it
(ricetta a pag. 48)

RISTORANTE AL GROP
via G. Matteotti, 7 Tavagnacco (Ud)
tel. 0432 660240
www.algrop.net
(ricetta a pag. 45)

RISTORANTE LA FILANDA
via Marsala, 8 - Manciano (Gr)
tel. 0564 625156
www.lafilanda.biz
(ricetta a pag. 46)

TRATTORIA ALL'ANTICA
via Montevideo, 4, 20144 Milano
tel. 02 8372849
(ricetta a pag. 49)

IDEE CASA

ALESSI
www.alessi.com

CILIO
distribuito da Schoenhuber
via J.G. Mahl 52 - 39031
Brunico (BZ)
tel. 0474 571000

IPAC
tel. 0573 919074
www.ipacitaly.it

KUCHENPROFI
distribuito da Schoenhuber

GEFU
distribuito da Schoenhuber

MAIUGUALI
www.maiuguali.it

TESCOMA
www.tescoma.it

NEL PROSSIMO NUMERO
Alice Cucina
DOLCI DECORAZIONI
Biscotti alla cannella
IN EDICOLA DA FINE NOVEMBRE

COLORI DELLA CUCINA
PASTA RIPIENA
DI FESTA E TRADIZIONE
PASTA RIPIENA
ALLEGATO
IL PROSSIMO MESE
AD ALICE CUCINA
Tortelli, tortellini, ravioli, agnolotti, ma anche cappellacci, balanzoni, caramelle, cuori, girasoli, stelle, mezzelune… Quello delle paste (fresche) ripiene è un vero e proprio universo di forme, farce, sapori e condimenti. Un'enciclopedia del gusto e della creatività gastronomica, rigorosamente made in Italy. Proprio alle paste ripiene è dedicato il prossimo colore della cucina. Un colore che sa di casa, che sa di festa e che sa di allegria. Con l'approssimarsi del Natale (che puntualmente, ogni anno, quando meno te lo aspetti è già qui), il colore più giusto che ci sia! Come sempre, in allegato con il vostro magazine preferito.
PRENOTALO SUBITO IN EDICOLA
A SOLI 4,40 EURO + 1 LIBRO IN OMAGGIO
(oltre al prezzo di copertina)

Menu à la carte

I PIATTI DI ALICE

LA VESPA TERESA

Con Maria Pia Timo

In onda tutti i giorni, ore 22.30

Nella puntata di martedì 3 la Vespa Teresa, alias Maria Pia Timo, è a Lugo di Faenza a casa di Enrica, figlia di un possidente, appassionata di caccia e pesca tanto da tenere ancora lo schioppo vicino al letto! Il marito ha trovato i vecchi manoscritti del nonno con tutte le ricette d'epoca che sono state pubblicate. Enrica ci svela una delle ricette di Casa Manzoni: lo sformato di polenta con umido di carne.

AMICI MIEI BISCHERI

Con Beppe Bigazzi e Paolo Tizzanini

In onda tutti i giorni, ore 22.30

Beppe Bigazzi ci racconta prodotti, storie e segreti della cucina contadina insieme allo chef-oste Paolo Tizzanini. Le acquecotte e le pappe col pomodoro, i pici alla scamerita e i rocchini di sedano, il peposo e l'anatra ripiena sono solo alcune delle prelibatezze del Valdarno che Paolo ci preparerà, condite dalle parole sapienti di Bigazzi. Lunedì 23 bocconcini di coniglio alle erbe aromatiche con sottofondo di battute…

PANE, AMORE E FANTASIA

Con Sara Papa e Patrizia Rossetti

In onda tutti i giorni, ore 17.30

Sara Papa e Patrizia Rossetti ci raccontano tutti i segreti delle lievitazioni, delle farine di qualità, delle tecniche, delle cotture migliori e della straordinaria creatività applicata al cibo più importante del mondo: il pane. Nella puntata di lunedì 16 Sara e Patrizia preparano un'altra golosità dell'"arte bianca": le frustine di semola con olive infornate e 'nduja.

IL CLUB DELLE CUOCHE

Con Susanna Messeri

In onda tutti i giorni, ore 23.00

Una food comedy dedicata alla tradizione della cucina italiana. Luisanna, toscana di carattere ispirata dalla filosofia gastronomica di Pellegrino Artusi, si diverte a creare piatti tradizionali nella sua casa di campagna nel Mugello. A farle compagnia c'e' la sua amica Lucia Poli. Tra un pettegolezzo, un boccone e una sana voglia di ridere, preparano piatti gustosi. Il piatto di giovedì 5 è la mattonella di ricotta, pesto e peperoni!

PRONTO IN TAVOLA

Con Monica Bianchessi

In onda tutti i giorni, ore 20.00

La chef Monica Bianchessi, con un tocco di originalità sia nella preparazione sia nella presentazione dei piatti, propone ricette semplici, casalinghe, di facile e veloce realizzazione. Lunedì 30 Monica, con lungimiranza, ci prepara alle delizie del Natale con la realizzazione di piccoli tartufi con granella di mandorle e di dolcetti morbidi adatti anche alla tavola delle feste dei bambini.

MASSERIA SCIARRA

Con Santo Pennisi e Lucia Sardo

In onda tutti i giorni, ore 21.00

Nella puntata di giovedì 26 Addolorata, preoccupata della prima vacanza della figlia Agnese da sola con il fidanzato, convince Santo a farle una lezione di educazione sessuale, attraverso esempi e immagini metaforiche, mentre cucinano il pesce spada con la menta e il miele d'arancia. Falliti nell'intento, decidono poi di cucinare delle palline di mandorle all'arancia.

GLI ORARI POTREBBERO SUBIRE VARIAZIONI, VI CONSIGLIAMO DI VERIFICARE LA PROGRAMMAWZIONE SUL SITO WWW.ALICE.TV

visibile su digitale terrestre (canale 221)
su pc, smartphone e tablet
su www.italiasmart.tv

I MENU DEL MESE

Sic et simpliciter

67 Minitortini bicolori al profumo di bosco
78 Gramigna con zucca e porcini
38 Pollo in tasca
22 Torta rustica al grano saraceno con confettura di mirtilli

Scalda cuore

27 Piccoli babà fondenti
47 Pasta e fagioli
118 Spezzatino di manzo in crema di gorgonzola e radicchio
129 Scarola alla napoletana

Noblesse oblige

66 Baci della duchessa
90 Minestra parmentier
110 Medaglioni di filetto farciti con patate viola e pecorino
177 Rotolo alla vaniglia con mousseline alle castagne

100%
Vegetale

Biffi®
Milano
1852